



**Red Barnet**

# **ALLE SAMMEN**

- hvordan børn styrkes gennem gode fællesskaber i skolen

# INDHOLD

Introduktion	4
Sådan bruger du materialet	5
Materialets opbygning	8
Begreber i Alle Sammen	11
De 10 resiliensfremmende grundingredienser	13
Ledelse	26
Pædagoger og lærere	49
Børnene på skolen	62
Forældre	84
Lokalsamfund	95
Litteraturliste	109

# KOLOFON

**Redaktion:**

Sita Michael Bormann

**Tekstforfatter:**

Helle Baktoft, Jeppe Kiel Christensen, Sita Michael Bormann

**Bidragydere:**

Christian Engel Brund, Astrid Agnethe Larsen, Lene Lykkegaard, Naja Kinch Sohn, Signe-Marie Paludan Bøgeskov

**Samarbejdspartnere:**

Jeppe Kiel Christensen Ph.d.-stipendiat ved VIA University College og Aarhus Universitet



VIA University  
College



AARHUS UNIVERSITET

Peter Berliner, Professor ved Grønlands Universitet.

Vejle Friskole, Thyregod Skole, Højen Skole, Thurø Skole, Katrinebjergskolen

**Fotos:**

Jørgen Jacob Jensen, Meisterstück

**Grafisk design/infografik:**

Marianne Eriksen

**Illustrationer:**

Troels Colberg Møller

**Alle Sammen** er udviklet med midler fra LB Fonden, Østifterne, samt Børne- og Socialministeriet

**Alle Sammen** kan frit anvendes med oplysning om kildeangivelsen.

1. udgave, København, marts 2019

**Red Barnet**

Rosenørns Allé 12, 1634 Kbh.V, [redbarnet@redbarnet.dk](mailto:redbarnet@redbarnet.dk)

## INTRODUKTION

Alle Sammen er et materiale, som sætter fokus på skolernes arbejde med at skabe en kultur og miljøer, der fremmer muligheder for at udfolde jeres fælles liv på skolen for herigennem at trives og lære bedst muligt. Kultur er noget, alle på skolen er med til at skabe – den består af de mange øjeblikke, I oplever sammen.

Alle Sammen er tænkt som en helhedsorienteret indsats, hvor børn<sup>1</sup>, lærere, pædagoger, ledere, forældre og lokalsamfund Alle Sammen arbejder sammen – og i fællesskab gør en stor forskel.

Alle Sammen skal således ses som et materiale, der kan bruges både forebyggende og i situationer, hvor skolen oplever udfordringer med trivsel og fællesskabet.

Alle Sammen handler grundlæggende om at skabe trygge, positive og velfungerende fællesskaber, som alle børn kan bidrage til og få glæde af. Når fællesskabet styrkes, så der er plads til forskellighed og individuel frihed, styrker det også den enkelte. Dette fokus kan med fordel væves sammen med skolens faglige indsatser, da de tilsammen udgør grundstenen i børns læring og udvikling af sociale kompetencer.

Alle Sammen tager udgangspunkt i en systemisk tilgang og i resiliens teori. Den systemiske tilgang er et helhedssyn, hvor mennesker altid ses i relation til andre – vi både påvirker og påvirkes af andre mennesker og det miljø (strukturer og rammer), vi er omgivet af. Resiliens er den proces, der går i gang, når enkelte børn eller hele fællesskaber skal håndtere eller genetablere sig efter en krise eller et pres. Både systemisk tilgang og resiliens er begreber, der uddybes senere.

Alle Sammen hjælper til at skabe muligheder, kultur og rammer på skolen for at styrke det enkelte barn gennem fællesskabet – ALLE børn – også de børn, som måske har særlige udfordringer. Arbejdet med Alle Sammen tager udgangspunkt i at igangsætte en kulturel proces, som kræver en målrettet indsats, hvor alle i og omkring skolen trækker i samme retning – på flere planer.

Alle Sammen handler om at skabe resiliensfremmende skolemiljøer med fokus på det sociale (gode relationer, positive fællesskaber), hvorfor vi kalder det social resiliens. Der findes ingen hurtige løsninger i arbejdet med at skabe miljøer, der fremmer social resiliens. Tværtimod – det er det frugtbare samspil mellem børn, voksne og lokalsamfund, der over tid skaber en kultur, som styrker social resiliens på hele skolen og for alle børn.



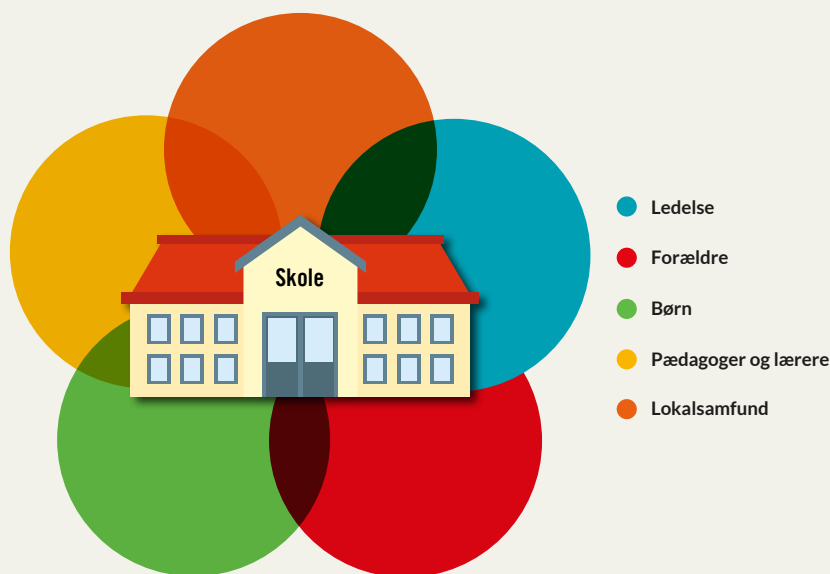
**Resiliens er ikke noget, man bare får gennem et træningsforløb – det er kultur og måden, hvorpå vi er sammen.”**

(Lærer fra en af de skoler, der har været med til at udvikle Alle Sammen)

<sup>1</sup>ALLE SAMMEN har valgt primært at bruge betegnelsen 'børn' og næsten ikke ordet 'elever', da det kan signalere en institutionel position, hvor eleven primært er i skolen for at lære og blive fagligt dygtigere. Med brugen af ordet 'børn' understreges det, at der tages afsæt i hele barnet som individ, og at skolegangen har fokus på både den faglige, personlige og sociale udvikling.

# SÅDAN BRUGER DU MATERIALET

Alle Sammen er delt op i fem grupper:



Inden for hver gruppe gives der konkrete redskaber i form af øvelser og inspiration til, hvordan henholdsvis ledelsen og lærere og pædagoger kan arbejde med at skabe resiliensfremmende miljøer i praksis. Det er vigtigt ikke at være for overambitiøs, når I starter, da kulturændringer tager tid og kræver omtanke. Udvælg de redskaber, som giver mening for jeres skole nu, og byg så gradvist på over tid, når det giver mening. Redskaberne kan benyttes som enkeltstående øvelser og inspiration, men hænger også sammen som hele kapitler. Alle fem grupper danner en sammenhængende helhedsindsats, som kan benyttes af de skoler, der måtte ønske at drage inspiration fra alle områder. Det er samspillet mellem børn, voksne og lokalsamfund, der skaber en kultur, som styrker social resiliens på hele skolen.

Redskaberne er:

## LEDELSEN:

- **Skolens børnesyn.**  
Få udviklet og skærpet skolens børnesyn.
- **Skolens arbejde med de 10 resiliensfremmende grundingredienser.**  
Udvælg skolens fokusområder i arbejdet med resiliensfremmende miljøer, og skab en plan for, hvordan dette omsættes til praksis.
- **Gør det usynlige synligt – isbjergøvelsen.**  
Undersøg, om jeres praksis faktisk hænger sammen med jeres værdier.
- **Skolens trivselsplan – er vi der, hvor vi gerne vil være?**  
Skab en oversigt over det, skolen allerede gør for at skabe trivsel, og brug det til at inspirere hinanden internt.
- **Refleksionsøvelse om skolens kultur.**  
Skab refleksion over personalets interne kultur, herunder synet på børn og forældre.
- **Refleksionsøvelse om tanker, følelser og reaktioner.**  
Sæt gang i egne og fælles refleksioner og diskussioner over, hvordan de tanker, vi har om børn, forældre og kolleger, påvirker vores følelser og reaktioner.

## PÆDAGOGER OG LÆRERE:

- **Refleksionsøvelse med dilemmakort.**  
Styrk refleksionsarbejdet vedrørende professionelle relationskompetencer og egen hverdagspraksis.
- **Udvikling af relationskompetencen – min tilgang til børnene.**  
Selvobservation og kollegial sparring på konkrete hverdagshandlinger i relationer til børn, forældre og kolleger.
- **Relationscirklen.**  
Vær med til at sikre, at alle børn har tætte relationer til personalet på skolen – som minimum til én voksen.
- **VækstModellen.**  
Skab handlingsorienterede og ansvarstagende samtaler med børn, forældre, i teams osv. på et værdsættende grundlag.
- **Børnesamtaler med fokus på børnenes sociale trivsel og relationer i klassen.**  
Få et mere nuanceret overblik over alle børnenes trivsel, og hvordan klassens fællesskab fungerer.

## BØRNENE PÅ SKOLEN:

- **Klassesamtale om klassens værdier.**  
Få lavet en flot plakat med de vigtigste værdier for klassen og handlinger, børnene selv kan gøre i hverdagen for at understøtte dem.
- **Det gode frikvarter.**  
Arbejd systematisk med at skabe gode frikvarterer, som skaber muligheder, der gør det let for alle at deltage i aktiviteter.
- **Venskabsklasser.**  
Skab skolemakkere og relationer mellem klasser for herigennem at styrke fællesskabet på tværs af klasser og årgange.
- **Tolerancestyrkende aktiviteter.**  
Eleverne skaber plads til forskellighed og kan se styrken i diversitet.
- **Cases til arbejdet med resiliensfremmende miljøer.**  
Giv børnene mulighed for at omsætte (nogle af) de 10 resiliensingredienser til praksis og reflektere over, hvad de betyder for styrkelse af fællesskabet i børnenes hverdag.

## FORÆLDRE:

- **Forældregruppens arbejde med de 10 resiliensfremmende grundingredienser.**  
Forældre laver guidelines for samarbejde gennem udvælgelse af 3-4 grundingredienser med tilknyttede handlinger i skole-hjem-samarbejdet.
- **Forældreguide, når børn har konflikter med hinanden.**  
Forældrene får et redskab til, hvad de kan gøre, når deres børn har konflikter med hinanden.
- **Dilemmakort til forældrene om forældres rolle i resiliensfremmende miljøer.**  
Alle forældre bliver mere fortrolige med de 10 grundingredienser i resiliens, og en dialog om børns (og forældres) hverdagsdilemmaer bliver startet.

## LOKALSAMFUND:

- **Mit nærområde.**  
Giv børnene mulighed for at skabe overblik over deres lokalsamfunds ressourcer og identificere eventuelle udfordringer, samt hvad de selv kan gøre for at gøre lokalsamfundet mere børnevenligt.
- **Planlægning af projekt med arbejdsark.**  
Støt børnene i at planlægge konkrete projekter i lokalområdet med udgangspunkt i øvelsen 'Mit nærområde', og styrk deres oplevelse af ejerskab og overblik over indsatser.
- **Fritidsaktiviteter i mit område.**  
Styrk børnenes kendskab til lokalområdet og til, hvilke typer af fritidstilbud der er i lokalområdet.

## MATERIALETS OPBYGNING

Alle Sammen hænger sammen med Red Barnets tidligere udgivelse Stærke Sammen<sup>2</sup>. Udgivelserne har fokus på, at social resiliens er afhængig af samspillet mellem den enkelte og de sociale relationer i den konkrete kontekst – skolen, familien og lokal-samfundet. Stærke Sammen fokuserer på dagtilbud, indskoling og mellemtrinnet (kan også bruges i udskolingen), hvor der tages fat på emner som rettigheder, beskyttelse mod vold og overgreb samt opbyggelsen af stærke fællesskaber. Det er et modulopbygget materiale, som er tilpasset Undervisningsministeriets Fælles Mål i flere fag, f.eks. i dansk og i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab (den fagdidaktiske kobling), og som også kan bruges i den understøttende undervisning. Alle Sammen udgør den overordnede ramme for skolens arbejde med resiliens. Her arbejdes der med alle de systemer og relationer, som har betydning for udviklingen af resiliensfremmende miljøer for børn og unge (og voksne). Alle Sammen giver konkrete værktøjer og inspiration til arbejdet med resiliens i dette helhedsperspektiv for hele skolen.



I hvert kapitel i Alle Sammen finder du:

- En kort introduktion
- En liste med bud på, hvordan man kan arbejde med sine professionelle relationskompetencer og understøtte social resiliens gennem hverdagshandlinger
- En værktøjskasse med konkrete redskaber, øvelser og modeller, som I sammen kan lave for at skabe resiliensfremmende miljøer på og omkring skolen
- Idéer og referencer til det videre arbejde

De konkrete redskaber er ikke nødvendigvis et koncept, der skal overføres en til en. Dette er et bud på, hvordan man kan arbejde med social resiliens i danske skoler, og en hjælp til at skabe rammen om arbejdet. Derfor er det op til jer at finde ud af, hvordan materialet og redskaberne giver bedst mening for netop jeres skole. Har I rigtig gode oplevelser og historier, eller er der noget, der slet ikke fungerer, må I meget gerne kontakte [skoletjenesten@redbarnet.dk](mailto:skoletjenesten@redbarnet.dk), så vi kan dele de gode historier med andre og lave om på det, der ikke fungerer.



**Alle Sammen** er udviklet i et samarbejde mellem Red Barnet, Aarhus Universitet og VIA University College (ved ph.d.-studerende i social resiliens på skoler Jeppe Kiel Christensen og professor Peter Berliner) samt fem skoler (Højen Skole, Thyregod Skole, Vejle Friskole, Katrinebjergskolen og Thurø Skole). Skolerne har givet input til vejledningen og praksisarbejdet fra allerførste spadestik og afprøvet materialet på deres skoler med henblik på løbende evaluering og afsluttende vurderinger. Mange tak for alle jeres gode, konstruktive og kreative input. Uden jeres praksisviden var dette materiale aldrig blevet det samme.



### **Alle Sammen og skolens formål**

Alle Sammen er et materiale, der understøtter folkeskolens formål om at fremme elevernes trivsel og læring samt den enkelte elevs alsidige udvikling. I folkeskolens formålsparagraf, stk. 2, står der, at *"Folkeskolen skal udvikle arbejdsmetoder og skabe rammer for oplevelse, fordybelse og virkelyst, så eleverne udvikler erkendelse og fantasi og får tillid til egne muligheder og baggrund for at tage stilling og handle"*, og i stk. 3 står der, at *"Folkeskolen skal forberede eleverne til deltagelse, medansvar, rettigheder og pligter i et samfund med frihed og folkestyre"*.

Alle Sammen har netop fokus på, hvordan alle aktører i skolen kan indgå i og bidrage til at skabe et resiliensfremmende fællesskab med forventninger til alle børn, hvor fokus er på tillid, samarbejde, omsorg og medbestemmelse i meningsfulde rammer. Arbejdet med at understøtte resiliensfremmende miljøer spiller sammen med dannelsen af hele mennesker og skolens trivselsarbejde.

Alle Sammen kan indgå i alle skolens fag, f.eks. dansk, historie, samfundsfag, sløjd/billedkunst, sundheds-, seksualundervisning og familiekundskab, samt i den understøttende undervisning. De bagvedliggende hovedtanker om værdier og kultur er vigtige for alle skolens ansatte samt forældre og lokalsamfund. At tænke i resiliensfremmende fællesskaber og tilrettelægge læring og forløb ud fra en fællesskabende didaktik er et anliggende for såvel skolens ledelse som alle pædagoger og lærere på skolen. Det skal gerne gennemsyre hver dag og hver time i skolen.

Alle Sammen er således ikke kun klassespædagogens og klasselærerens opgave, men angår alle skolens ansatte, da faglighed og trivsel hænger sammen og understøtter hinanden.

Alle Sammen kan også indgå som inspiration til tema- og trivselsdage samt fælles emneuger for hele skolen.



Vi kan se materialet blive brugt ind i vores AKT og trivselsteam, den understøttende undervisning og i klassens time og den generelle fagundervisning. Vi ser materialet understøtte folkeskolereformens mål om at udligne sociale skel. Vi kan se materialet blive brugt som en metode, som alle undervisere og ansatte skal introduceres for, og dermed som noget, der er synligt på skolen kontinuerligt.”

Citat fra Højen Skole

# Begreber i Alle Sammen

Følgende del af Alle Sammen består af en kort begrebs- og teoriafklaring. Efter gennemgangen af de centrale begreber, som Alle Sammen er bygget op omkring, finder du de fem kapitler (skolens ledelse, pædagoger og lærere, børn, forældre/skole-hjem-samarbejdet og lokalsamfund) med anvisninger til hverdagshandlinger, redskaber til hele skolen samt idéer til det videre arbejde.

## Resiliens og de 10 grundingsredienser i et resiliensfremmende miljø

Resiliensbegrebet har eksisteret inden for psykologien i over 60 år. Forskningen er gået fra at lede efter en indre kraft hos individet til at se resiliens som en proces mellem mennesker i deres kontekst. I nyere forskning er der enighed om, at resiliens kan læres og udvikles gennem nærmiljøer såsom familier og skoler.<sup>3</sup> Resiliens er ikke en fastlagt egenskab i barnet<sup>4</sup>, som bare skal forløses, men netop en aktiv proces i konkrete situationer.

*Resiliens er, når man efter en problematisk opvækst<sup>5</sup> udvikler sig overraskende bedre end forventet. Det vigtige her er, at individet ikke klarer det ved egne kræfter eller besidder en særlig iboende robusthed. Det sker kun i et særligt resiliensfremmende miljø (Sommer, 2017, s. 54).*

Alle Sammen læner sig op ad en forståelse af resiliens, som handler om at kunne håndtere små og store udfordringer i hverdagen og kunne navigere igennem modgang. Det handler om, både i fællesskab og individuelt, at kunne anvende, opsøge og forhandle sig til den hjælp og de ressourcer, der understøtter muligheder for at håndtere udfordringer og krisesituationer.

*Resiliens er: den proces, hvor et barn, en gruppe, en klasse, en skole, en familie eller et samfund enten tilpasser sig, modstår eller genetablerer sig til at kunne fungere godt efter mødet med betydelige belastninger og forstyrrelser, der truer mulighederne for at kunne fungere, udvikle sig og deltage (Skytte Jakobsen, 2017, s. 232).*

Resiliens er også blevet benævnt som ordinær magi (Masten, 2014) og skal ses i relation til de mange hverdagshandlinger og kontekster, vi indgår i. Kultur bliver skabt af de mange øjeblikke og af 'hverdagens magikere' (forstået som de mange professionelle og forældre, som omgiver børnene). I Alle Sammen ser vi resiliens som en social proces og en del af sociale processer, der kan virke enten beskyttende eller skabe risiko for mennesker. Kort sagt:

*Social resiliens handler om meningsgivende fællesskaber med positive processer og afledte beskyttende faktorer, som fordrer individuel solidaritet og herigennem styrker den enkeltes resiliens (Berliner og Christensen, in print).*

Arbejdet med resiliensfremmende miljøer i skolen handler kort sagt om at skabe de bedste muligheder for, at alle børn og unge kan stå stærkest muligt i mødet med evt. modgang. Arbejdet med at fremme resiliens har overlap med det almene trivselsarbejde. Fokus i social resiliens er i høj grad på at styrke barnet gennem positive og velfungerende fællesskaber og at lære barnet at bidrage til disse fællesskaber. Herigennem understøttes muligheder og perspektiver for at handle i forhold til de udfordringer, man får i livet, både under og efter sin skolegang.

<sup>3</sup>Lipsitt & Demick, 2012; Prince-Embury & Saklofske, 2013; Zautra, Hall & Murray, 2010.

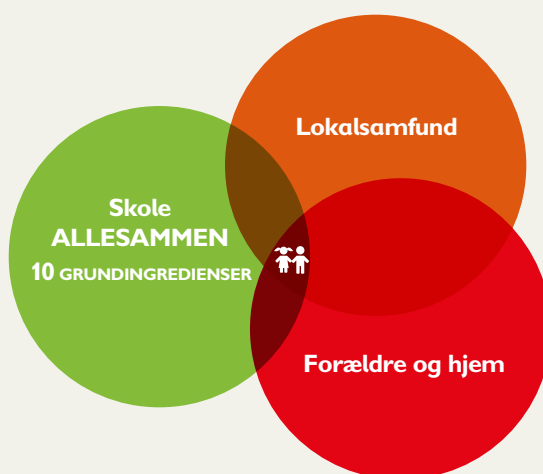
<sup>4</sup>Altså ikke superbørn eller mælkebøttebørn.

<sup>5</sup>Krisesituationer, en periode med modgang mv.

Når skolen vil arbejde med resiliensfremmende miljøer, benytter Alle Sammen resiliensfremmende grundingredienser som udgangspunkt. De 10 grundingredienser er:

TILLID, RETFÆRDIGHED, SELVSTÆNDIGHED, MEDBESTEMMELSE, SAMARBEJDE, SAMHØRIGHED (fællesskab), LIVSGLÆDE, MENING (meningsfuldhed), RETTIGHEDER og OMSORG.

Når der arbejdes med at fremme resiliens i skolen, spiller støtte fra forældre og lokalsamfund en grundlæggende rolle. Udgangspunktet for Alle Sammen er en skoleindsats, men i materialet kommer vi også med forslag til resiliensfremmende samarbejde med forældre (skole-hjem-samarbejdet) og lokalsamfund. Det er i samspillet mellem alle tre kontekster, vi understøtter børns resiliens bedst.<sup>6</sup> I Alle Sammen taler vi derfor om de **10 grundingredienser i tre kontekster**.



De 10 grundingredienser er udviklet af professor Peter Berliner<sup>7</sup> og Red Barnets udviklingsprojekter med danske skoler. Arbejdet med 'de 10' skal være ud fra, hvad der giver mening i den enkelte skoles kultur, og dermed ikke et koncept, hvor der skal tjekkes bokse af. Derfor er det også vigtigt at forstå, at arbejdet med 'de 10' skal ses som løbende processer, der skaber og vedligeholder resiliensfremme i klassen, på skolen og i forældresamarbejdet. Det er altså vigtigt ofte at genbesøge de 10 grundingredienser i SKOLEN, i forhold til FORÆLDRE og HJEM samt i LOKALSAMFUNDET, da både mennesker og rammer ændres over tid. Nogle af grundingredienserne kan have større betydning end andre, afhængigt af konteksten, skolens kultur og aktuelle indsatser. Derfor kan det være, at I som skole vil vælge nogle grundingredienser ud og gå mere i dybden med dem end med andre.

<sup>6</sup>Khanlou & Wray, 2014.

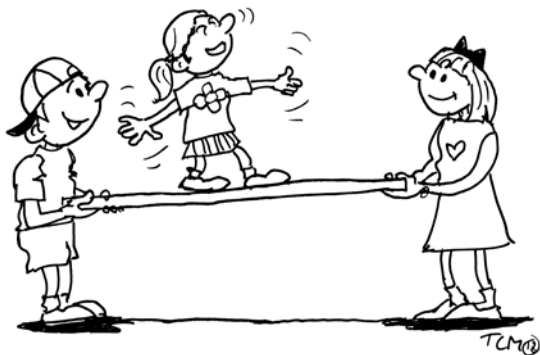
<sup>7</sup>Bl.a. på baggrund af litteraturstudiet 'Overblik over aktuel forskning i resiliens hos børn og unge' som er udarbejdet af Peter Berliner for Red Barnet i 2014. Det er ikke publiceret, men brugt som internt dokument i forbindelse med projektet 'Børns beredskab mod vold og overgreb' (2014-2017), hvorunder materialet STÆRKE SAMMEN blev udviklet

## Resiliensfremmende miljø

I Alle Sammen arbejder vi med begrebet 'et resiliensfremmende miljø'. Et resiliensfremmende miljø er et miljø, hvor de 10 grundingsredienser udledes i praksis. Det er også et miljø, hvor der er høje forventninger til alle børn, uanset baggrund, og hvor ansvaret for fællesskabet deles mellem alle. Det er et miljø, der fremmer fællesskab og samhørighed i og på tværs af grupper, klasser og teams. Det er et sted, hvor man føler sig tryk og kan og tør være sig selv og sige sin mening (også selvom den er anderledes end de fleste andres). Det er også et sted, hvor man møder respekt, tillid og tolerance fra andre, og hvor der er god kontakt mellem mennesker (fagpersoner-børn; børn-børn; fagpersoner-fagpersoner; fagpersoner-forældre; forældre-forældre; forældre-børn).

## De 10 resiliensfremmende grundingsredienser:

### 1. TILLID ...



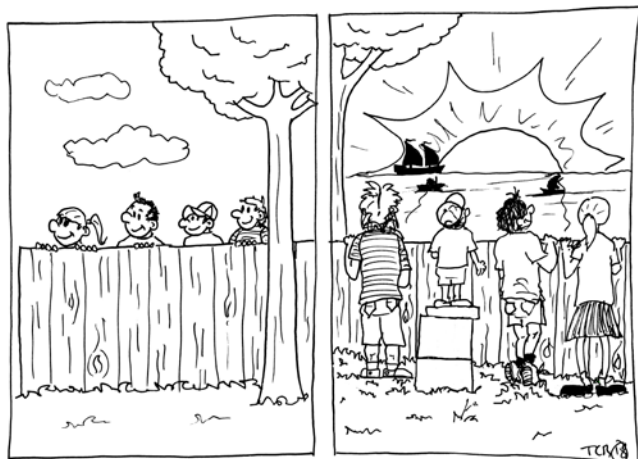
...vi kan stole på hinanden.

### 2. MENING ...



... det giver mening at være her, vi har gode frikvarterer, vi kan se, hvad undervisningen skal bruges til, vi ved, hvad der giver mening for os.

### 3. RETFÆRDIGHED ...



... alle får lige muligheder, vi behandles forskelligt for at blive behandlet ens, der er accept af forskelsbehandling, og en retfærdig fordeling af arealer, ting, legetøj, opgaver.

### 4. SELVSTÆNDIGHED ...



... have tillid til sig selv, hvad man kan og mener.

### 5. MEDBESTEMMELSE ...



... være med til at bestemme, opleve, at der handles, have medindflydelse, have ret til deltagelse, være med i børneråd.

### 6. SAMARBEJDE ...



... hjælpe hinanden, arbejde sammen og have blik for at 'spille hinanden gode'.

## 7. SAMHØRIGHED (FÆLLESSKAB) ...



... oplevelsen af at høre til i fællesskabet, hvor der er plads til forskellighed og alle er nødvendige.

## 8. LIVSGLÆDE ...



... at glæde sig til at komme i skole, være nysgerrig på verden, have et positivt syn, være optimistisk og have lyst til ting.

## 9. RETTIGHEDER ...



... vores rettigheder og grænser respekteres, vi kender vores eget ansvar, vi ved hvad man må, ikke må og hvad man har ret til.

## 10. OMSORG ...



... have venner, være gode ved hinanden.

## De 3 kontekster:

### 1. SKOLEN...



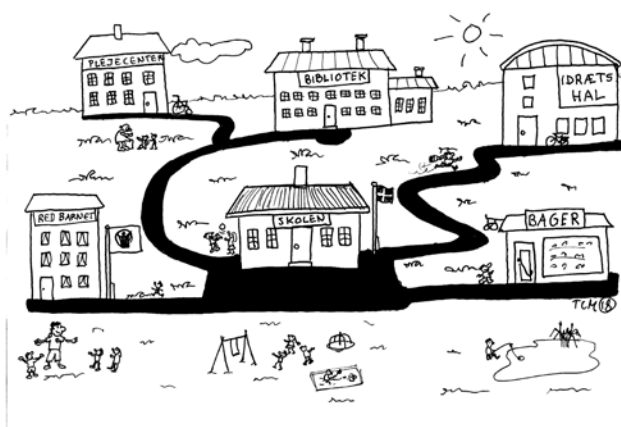
... i skolen arbejdes med de 10 grundingsredienser i samarbejde med forældre og hjem samt lokalsamfund.

### 3. FORÆLDRE OG HJEM ...



... vores forældre interesserer sig for skolen og for barnets dagligdag i skolen.

### 2. LOKALSAMFUNDET...



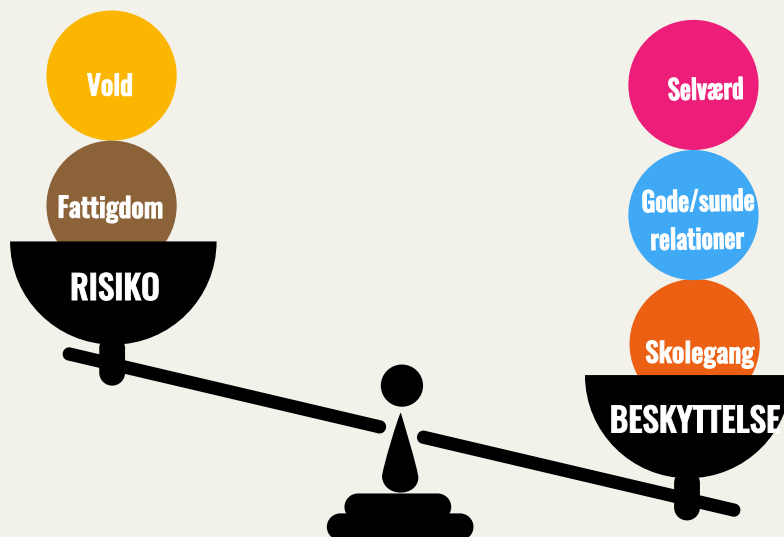
... lokalsamfundet inddrages i undervisningen.



### Risiko- og beskyttelsesfaktorer

En kerne i arbejdet med resiliens er risikofaktorer og beskyttelsesfaktorer. Risikofaktorer, som kan vanskeliggøre en positiv udviklingssti i en skolekontekst, kan f.eks. være manglende social støtte blandt kammerater eller manglende tillid til eller fra de voksne, når livet er svært. Arbejdet med resiliensprocesser handler især om at kunne identificere risikofaktorer og beskyttende faktorer, sådan at man – om muligt – kan undgå risikofaktorer og trække på de beskyttende faktorer, man har i sit liv og sin hverdag (f.eks. gode venner, en omsorgsfuld familie, en lærer, der vil en, adgang til uddannelse, sociale ydelser, lægehjælp mv.):

Resiliensprocesser handler især om at kunne identificere **risiko** og **beskyttende** faktorer, sådan at man kan 'skru ned' for risikofaktorer (som ikke er fremmede for resiliensadfærd) og 'skru op' for beskyttende faktorer, der vil bidrage til en positiv udvikling hos barnet.



Risikofaktorer giver ikke en én til én-forklaringsmodel for børns adfærd og udvikling – altså det er ikke sådan, at hvis der findes X antal risikofaktorer i et barns liv, så udvikler barnet sig med sikkerhed på en bestemt (negativ) måde. Sådanne simple slutninger skal man være meget varsom med at drage, da livet er komplekst og uforudsigeligt. Det, vi som fagprofessionelle skal bruge denne viden om risikofaktorer til, er at skærpe vores pædagogiske og psykologiske blik på barnet og vores indbyrdes sprog. Det kan hjælpe til at skabe et helhedsbillede af barnets udfordringer og bør lede til spørgsmålet:

*Hvor kan vi åbne muligheder, der kan virke beskyttende for de børn, som oplever mange risikofaktorer?*<sup>9</sup>

Det er understøttelsen af disse beskyttelsesfaktorer, særligt de sociale relationer og skolens kultur, Alle Sammen handler om. Arbejdes der generelt med resiliensfremmende miljøer, kan det bidrage præventivt, styrke fællesskaber og skabe mere fintmaskede net, hvor færre (helst ingen) falder igennem.

<sup>9</sup>Naturligvis kræver misbrug og vold en akut intervention.

## Et systemisk perspektiv

Et menneskes liv er indlejret i et større komplekst system med mange niveauer, hvor vi hele tiden bliver påvirket af vores miljø og sociale relationer, som vi også selv påvirker. Alle sammen arbejder ud fra denne helhedsforståelse, hvilket betyder, at det aldrig er den enkeltes ansvar alene at udvise resilient adfærd. For at illustrere dette har vi lavet nedenstående figur:



10

Børn færdes i deres egne nære miljøer (f.eks. skolen, vennegruppen og familien), hvor de bruger det meste af deres tid. Disse forskellige miljøers interaktioner med hinanden – måden, de lapper over på og har indflydelse på hinanden på – kan have stor betydning for barnet, f.eks. om forældrene har et godt samarbejde med lærerne, eller om barnet har gode relationer til vennegruppen. Der er også faktorer, som kan have stor betydning for barnets nære miljø, uden at barnet er til stede, f.eks. når en fagprofessionel samtale om barnet resulterer i nye tiltag, barnet ikke har indflydelse på. Eller det kan være forældrenes arbejde, hvor en fyring eller stress vil have en stor indflydelse på barnets nære miljø. Alt dette indgår i en endnu større kontekst, f.eks. skolen, der er en del af en kommune, som er en del af det danske samfund, hvor regeringen med dens politik og handlingsplaner udøver stor indflydelse og påvirker barnets nære miljø.

Alle disse kontekster påvirker hinanden og barnets liv – samtidig med at barnet også påvirker dem. Forskellige ting i konteksterne ændres naturligvis over tid, så det er en god idé at tage sam-taler om helheden med jævne mellemrum.

Denne forståelse er vigtig for at få et billede af hele den kontekst, børn er en del af. Det er i høj grad relationerne mellem barnet og disse kontekster, der er fundamentalt betydningsfulde for barnets resiliens. I den pædagogiske praksis er det derfor vigtigt, at man ikke ser det enkelte barn som 'ejer' af problemet; man kan snarere sige, at barnet viser problemet. Problemstillingen bliver dermed mere kompleks, da det kommer til at handle om at identificere uhensigtsmæssige mønstre i grupper eller relationer. At skabe inkluderende læringsfællesskaber og gode relationer er altså et anliggende for alle omkring børnene: lærere, pædagoger, forældre, ledelse (og samfund).

<sup>10</sup>Frit efter Bronfenbrenner, 1979.

## Relationskompetence

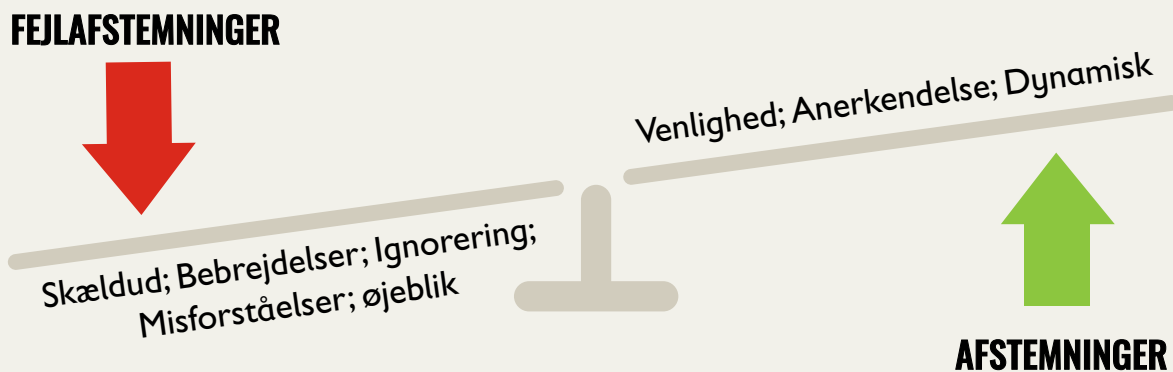
De voksnes relationskompetence spiller en afgørende rolle for udviklingen af et resiliensfremmende miljø, idet relationsarbejdet finder sted hele tiden, når man arbejder med mennesker. Forudsigelige og stabile voksne har stor betydning i resiliensfremmende miljøer, særligt for børn, der oplever et travlt og måske mere ustabil liv uden for skolen. Relationskompetence handler om at kunne afkode andre menneskers signaler og kommunikere tilbage på baggrund af afkodningen. Det er noget, alle mennesker som udgangspunkt kan. Men i hvilken grad vi handler relationskompetent, kan variere meget. Vi har her listet tre kendetegn ved professionel relationskompetence <sup>11</sup>:

**1. Omsorgsetiske handlinger** – at tage barnets perspektiv og oplevelse alvorligt. Omsorgsetiske handlinger fra læreren kan f.eks. være, når læreren ...

- Imødekommer elevernes fysiologiske behov (f.eks. behov for ro, bevægelse, at drikke vand, at pudse næse)
- Ikke viser tegn på irritation og vrede
- Hjælper eleverne, når de har konflikter med hinanden
- Ikke ydmyger nogen elever
- Lader et trivselsmæssigt og fagligt fokus ledsage hinanden
- Nærer elevernes etiske ideal, ved at læreren viser sig som rollemodel, indgår i dialog med og bekræfter eleverne og lader dem praktisere et etisk ideal, så de føler, at de bidrager til noget større.

**2. Afstemmere** – f.eks. øjenkontakt, smil, latter, nikken, venlige ord, imødekommenhed over for børnenes forslag. Verbale og nonverbale udtryk, der signalerer, at man har børnene på sinde og vil dem det bedste, og som får kommunikationen til at glide.

Louise Klinge (forsker i professionel relationskompetence) har i modellen 'Kommunikationens kontinuum' vist, hvordan kommunikationen bevæger sig mellem fejlfafstemninger og afstemninger<sup>12</sup>:



<sup>11</sup>Se også Klinge, 2017.

<sup>12</sup>Klinge, 2017, s. 84.

---

Alle disse forskellige kommunikationsformer er genkendelige i skolens hverdag. Det er dog afgørende, at der er en overvægt af afstemninger, da det er her, der skabes gensidig tillid og respekt, sådan at børn og fagpersoner i fællesskab kan engagere sig i verden, og de voksne kan bidrage til børnenes udvikling.

Afstemmere er bl.a. det venlige tonefald og den anerkendende nikken, der kan give oplevelsen af at være på bølgelængde med hinanden. Når et barn mærker den positive afstemning med en voksen, forholder det sig åbent til den voksne og vil gerne følge den voksnes forslag.

Fejlafstemmere kan omvendt påvirke stemningen negativt mellem børn og voksne. Hvis lærere og pædagoger ofte bruger bebrejdelser og skældud over for børnene, vil det give en dårlig stemning i klassen, og der er en fare for, at skældud rammer bestemte børn og udstiller dem som børn, der 'ikke kan finde ud af det'. Det kan føles meget skamfuldt at få skældud, da det ofte giver følelsen af, at man ikke er god nok, og måske ligefrem følelsen af at være forkert.

### **3. Understøttelse af børns psykologiske behov for at opleve kompetence, selvbestemmelse og samhørighed.**

- **Kompetence:** Fremmes f.eks. gennem struktur og tydelige rammer; ikke for mange besked-er/for meget snak; skab opmærksomhed; sig, hvad du gerne vil have, der skal ske – ikke, hvad de ikke må/skal gøre; husk bevægelse/ikke sidde stille alt for længe.
- **Selvbestemmelse:** Oplevelse af meningsfuldhed. Aktiviteterne skal føles vedkommende for børnene, de skal fange deres interesse og være relevante for deres hverdag, og børnene skal føle, at de også har noget at skulle have sagt og bidrage med.
- **Samhørighed:** Oplevelsen af at være en værdifuld del af et fællesskab. Kan fremmes ved at lægge vægt på gruppearbejde, fælles øvelser, at styrke relationer mv.

#### **Ressourcesyn**

Det ressourcerorienterede syn er opsat på at se ressourcer – også der, hvor de kan være svære at få øje på. Man kan lidt poetisk sige, at man i et resourcesyn også kigger efter lyset i sprækkerne frem for kun at fokusere på mørket. På denne måde søger denne form for syn ofte det ligeværdige, idet man søger at udbygge ressourcerne sammen. Når vi anlægger et resourcesyn på andre mennesker eller på vores eget virke, er det en produktiv proces, som skaber nye fortællinger og forståelser. Fokus på ressourcerne betyder ikke, at der skabes et idylliserende billede, hvor problemerne skubbes væk og usynliggøres. Det betyder blot, at der tegnes et helhedsbillede med langt flere facetter. Børn opfører sig forskelligt i forskellige kontekster, og her kan man hurtigt få et ensidigt syn på barnet. Et barn, der måske har meget energi og uro i kroppen, kan hurtigt blive set som et forstyrrende element af undervisere med fag, der kræver mere ro, og at man sidder stille, hvorimod lærere, der har fag som idræt eller andre fag, der kræver en anden form for aktivitet, måske ser barnet på en helt anden måde. Derfor er det vigtigt, at vi til en vis grad professionaliserer vores resourcesyn og søger nye narrativer om børn, vi muligvis har en udfordrende relation til. Det kan både gøres ved at tale med andre professionelle på skolen om barnet eller udfordre sig selv til at se bag om eventuelle problemstillinger.



Ressourcesynet kan også åbne op for arbejdet med at skabe nye muligheder – både for børn og forældre. Her er det vigtigt at spørge sig selv: Er de muligheder, vi skaber, både til rådighed og tilgængelige?<sup>13</sup> To eksempler:

1. Skolens svømmehal stilles til rådighed om aftenen to gange om ugen for at skabe et samlingssted for unge. Dog dukker en del af de unge aldrig op, hvilket leder personalet til at tro, at de ikke vil tage del i den fælles aktivitet. Udfordringen ligger dog i fællesbadet, hvor de af kulturelle, religiøse eller personlige årsager ikke må være eller ikke har lyst til at være nøgne med de andre. Dermed er aktiviteten ikke tilgængelig for en del af de unge, selvom den er til rådighed.
2. Skolen vil gerne have, at flere forældre deltager i forældredage. Disse dage omhandler dog oftest madlavning eller aktiviteter af mere akademisk karakter. Det kan virke utilgængeligt for forældre, der ikke kan lave mad eller har meget dårlig erfaring med skolens mere faglige aspekter. Måske skal der i stedet stilles muligheder til rådighed, som er langt mere tilgængelige for en bredere gruppe forældre eller en mere specifik gruppe, man ønsker at inddrage.

En måde at arbejde med at gøre muligheden for deltagelse mere tilgængelig for alle er at tænke bredt i aktiviteterne eller særligt fokusere på den gruppe, man ønsker at inddrage. Er der forhold, som kan forhindre deres deltagelse i form af manglende IT-kundskaber, sprog, kultur eller personlige forhold, de ikke ønsker udstillet? Et eksempel på et bredere favnende forældrearrangement kunne være:

*En arbejdsdag med mange forskellige opgaver. Nogle kan klippe hæk, beskære træer, vaske alger af og male, mens andre laver aktiviteter med børnene, f.eks. forbereder musikke indslag – og andre igen laver mad til fællesspisning senere.*

Pointen er her at tilgodese mange forskellige styrker og give muligheden for at deltage inden for det område, man kan mestre og føler sig godt tilpas i – og med de kompetencer, man har. Man bidrager til fællesskabet med det, man kan – og på den måde bliver man værdsat.

Vi skal se bag ved de muligheder, vi søger at skabe, da det ikke altid er det første indtryk, der er det korrekte. Derfor skal vi se på, om gode intentioner, tiltag og tilbud både er til rådighed og tilgængelige. Ressourcesynet kan hjælpe med at åbne særlige kighuller ind i både børnenes og forældrenes verden.

<sup>13</sup>Ungar, 2012.

## Børnesyn

Når man som skole arbejder med værdier og kultur, kan det være en god idé også at gøre sig klart, hvilket børnesyn man selv har eller gerne vil have, og hvilket børnesyn skolen har – eller skal have. Et børnesyn handler om det perspektiv, man har på børn og unge, dvs. den måde, man opfatter dem på. Det har noget at gøre med, hvordan vi som voksne (både som fagpersoner og som individer) møder børn og unge. Altså hvad vi tænker, siger og gør – og hvordan vi gør det – når vi er sammen med børn og unge. Vores børnesyn reflekterer visioner og holdninger til børn og barndom, og disse visioner og meninger bør så omsættes til praksis i mødet med børn og unge, f.eks. i en undervisningskontekst. Alle har et børnesyn/en bestemt måde at opfatte børn og unge på. Men vi er ikke nødvendigvis bevidste om, hvilket børnesyn vi har, eller hvad vores børnesyn bygger på.

Et fælles børnesyn er med til at give alle, der arbejder med børn og unge, en fælles forståelse for, hvordan vi anskuer børn (og unge). Det giver os så at sige et fælles grundlag og nogle mere ens-artede meninger og sætter tydelige rammer for at arbejde og samarbejde med børn. Børnesynet kan være med til at sætte idealer og mål for, hvordan vi inddrager, lytter til og behandler børn og unge. Hvis vi i vores børnesyn lægger vægt på inddragelse af børn og unge og på at forstå og høre deres meninger, kan dette være med til at styrke deres motivation, deres selvværd, deres måde at indgå i relationer med andre på – og deres udvikling generelt.

I arbejdet med social resiliens er det vigtigt, at ens børnesyn også er et ressourceorienteret syn. Altså et børnesyn (og et syn på voksne for den sags skyld, f.eks. forældre og kolleger), hvor man tror på, at børn (og voksne) gør deres bedste, og gør sig umage for at se ressourcerne – også selvom de nogle gange kan være svære at få øje på (som også tegningen i afsnittet ovenfor illustrerer).

Et eksempel på et børnesyn er det, som Red Barnet har udviklet – se boksen nedenfor. Red Barnet er i arbejdet med vores børnesyn nået frem til otte centrale principper, som skal gennemsyre vores praksis og relationer til børn og unge.

## Red Barnets børnesyn

<p><b>1. Børn er subjekter med selvstændig værdi</b></p>	<p>Børn er selvstændige individer på lige fod med voksne, og børns og unges perspektiver er lige så vigtige som voksnes. Børn og unge har egne meninger, værdier og handlemåder, som bør respekteres af de voksne, der omgiver dem – og af samfundet generelt.</p>
<p><b>2. Børn er vigtige aktører i deres eget liv og i samfundet</b></p>	<p>Børn skal spille en hovedrolle i deres eget liv. De skal tages alvorligt som borgere, der skal lyttes til, og have tilstrækkelige informationer, så de kan være med til at skabe forandringer i deres eget liv.</p>
<p><b>3. Børn kan udtrykke deres holdninger og skal inddrages</b></p>	<p>Det giver børn selvværd, motivation og handlekraft at blive inddraget. Derfor er det vigtigt at kæmpe for, at børn og unge får mulighed for at deltage i beslutninger i deres eget liv og i større og mindre fællesskaber. Børn kan udmærket udtrykke deres holdninger, og derfor er det vigtigt, at man hele tiden arbejder på at blive dygtigere til at forstå børns og unges holdninger, følelser og handlinger.</p>
<p><b>4. Børns behov skal vurderes ud fra barnets bedste, som barnet selv skal være med til at definere</b></p>	<p>Der skal tages hensyn til alle barnets rettigheder, når det skal afvejes, hvad der er bedst for et barn. Det er vigtigt at skabe formelle processer for, hvordan man inddrager hensynet til barnets bedste og børns egne synspunkter.</p>
<p><b>5. Børn udvikler sig bedst i samspil med andre – i trygge fællesskaber</b></p>	<p>Børn udvikler sig bedst i trygge børnemiljøer med leg, kreativitet og læring i inkluderende og trygge fællesskaber, hvor de indgår i positive og sunde relationer med deres omsorgspersoner, familie og andre børn og voksne.</p>
<p><b>6. Børn skal have omsorg og beskyttelse for at kunne trives og udvikle sig</b></p>	<p>Fordi børn er under udvikling og i mange sammenhænge afhængige af voksne, har de behov for særlig beskyttelse. Familien er den grundlæggende ramme for børns vækst og trivsel. Derfor er det afgørende at arbejde for, at alle børn – uanset deres situation og baggrund – vokser op i et trygt familiemiljø. Men også andre relationer er vigtige for børns trivsel.</p>
<p><b>7. Børn er forskellige, og deres evner og modenhed er under udvikling</b></p>	<p>Ikke alle børn er ens. Vi skal som voksne derfor møde barnet der, hvor det er i forhold til dets udvikling, evner/kompetencer og modenhed.</p>
<p><b>8. Børn har krav på en andel af samfundets ressourcer</b></p>	<p>Børn er ofte særlig afhængige af en velfungerende offentlig sektor. Det gælder både de velfærdsydelser, der retter sig mod børn, som f.eks. skole og sundhed, og det sociale og økonomiske sikkerhedsnet under familier i udsatte positioner. Børn har imidlertid sjældent direkte indflydelse på det politiske liv og dermed på de beslutninger, der har betydning for såvel deres barndom som deres ungdom og voksenliv. Derfor må nogle voksne i de demokratiske processer påtage sig at tale og kæmpe for børns rettigheder. Denne rolle og opgave som børnenes stemme skal ikke blot være FOR børn og unge, men også i samspil MED dem.</p>

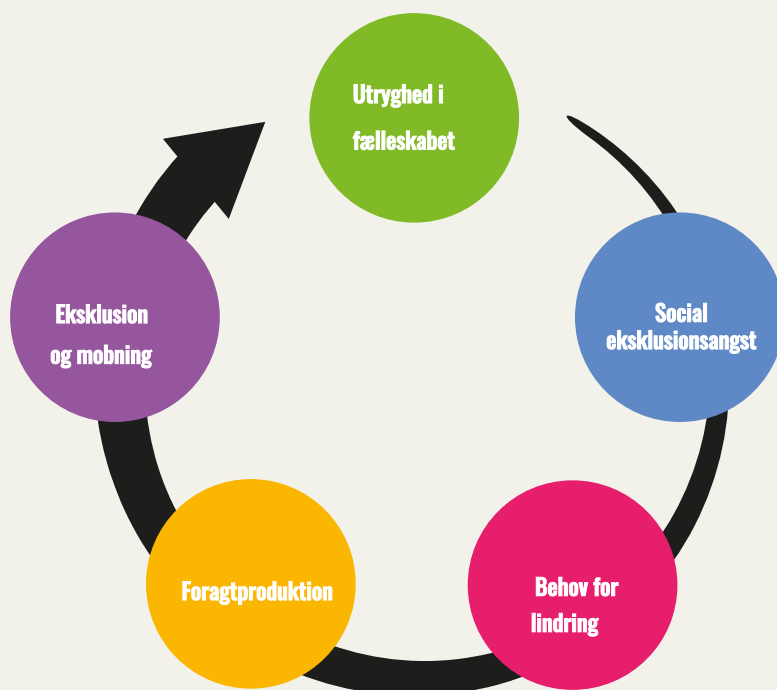
## Behovet for at høre til

Alle mennesker har et iboende behov for at høre til et sted. At være en del af et fællesskab. Mennesket er et socialt væsen, og vi reagerer instinktivt på udsigten til at stå uden for fællesskabet.

I mobbeforskningen arbejdes der med begrebet 'social eksklusionsangst' (udviklet af Dorte Marie Søndergaard og eXbus i perioden 2007-2011), som netop beskriver den tilstand, man kan rammes af, når man bliver usikker på ens plads i fællesskabet – især i de fællesskaber, man ikke selv har valgt, som f.eks. en skoleklasse. Når børn (og alle andre) oplever, at fællesskabet ikke er trygt – at man ikke føler sig sikker på sin plads i fællesskabet – går hjernen i selvopretholdelsestilstand og fokuserer på overlevelse.<sup>14</sup> Man kan tænke på det som en stoleleg, hvor børnene kæmper for at få en stol, og hvor helt almindelige og velopdragne børn også ser sig selv give en albue i siden på et andet barn for at sikre sig en plads.

I et klassefællesskab vil man kunne se børn forsøge at lindre den sociale eksklusionsangst ved at indgå i alliancer med andre børn. Fokus bliver på en ubevidst forhandling af, hvem der er værdige til at være en del af fællesskabet, og hvem der ikke er. Forhandlingerne kan munde ud i foragtproduktion over for dem, der vurderes uværdige til fællesskabet. Foragtproduktion er bagtaleriet, sarkasmen, de nedværdigende bemærkninger og det hårde sprog, der kendetegner en klasse, hvor alle vogter på hinanden. Og det kan være helt tilfældigt, hvem der rammes. Det, de 'uværdige' har tilfælles, er, at de på den ene eller anden måde adskiller sig fra det, der i den konkrete kontekst vurderes som værende normen. Jo mere utrygt fællesskabet føler sig, jo snævrere bliver normerne defineret. Og omvendt.

I nogle tilfælde tipper foragtproduktionen over i eksklusion og fysisk og verbal mobning, som ska-ber endnu mere utryghed i gruppen, for så bliver det tydeligt for enhver, at man ikke kan føle sig sikker i fællesskabet; det skaber en ond cirkel.



<sup>14</sup>Caccioppo & Patrick, 2009.



---

Sammenfattende handler det om, at såvel ledelsen som pædagoger og lærere bevidst arbejder med at styrke fællesskabet i børnegruppen og gøre børnene trygge ved, at de har en plads i fællesskabet, hvor der er plads til, at de kan være sig selv. Det er dog også vigtigt at være opmærksom på andre faktorer, der kan være med til enten at fremme eller forebygge mobbedynamikker, f.eks. skolens ledelse og kultur, et ressourcebaseret børnesyn, lærerens funktion som rollemodel, forældrenes roller samt klassefællesskabets historik og selvfortælling. Alt dette er i fokus i Alle Sammen. Du kan også finde flere detaljer og redskaber i 'DropMob' – et pædagogisk værktøj, der guider skolen til at udvikle en antimobbestrategi. Begge materialer kan hentes gratis på Red Barnet Skole og Dagtilbud.

I de følgende afsnit får I konkrete idéer til hverdagshandlinger på skolen, konkrete redskaber og øvelser, I kan lave for at skabe et resiliensfremmende miljø på skolen, samt idéer til det videre arbejde – både for ledelsen, pædagoger og lærere, skolens børn, skole-hjem-samarbejdet og samarbejdet med lokalsamfundet. Anvisninger, idéer og redskaber bygger alle på den ovenstående teori og de ovenstående begreber, men er omsat til helt praktiske og kreative aktiviteter, som er lige til at gå til.



# LEDELSE

---

## INTRODUKTION

Ledelsen udgør den grundlæggende ressource i strukturelt at understøtte og fremme resiliensprocesser på en skole og indgår i skolens relationelle system med en særlig ansvarfuld position over for den kultur og de værdier, der eksisterer. Ledelsens måde at kommunikere og agere på har stor betydning for skabelsen af muligheder i resten af systemet. Ledelsen har samtidig ansvaret for at tilrettelægge rammerne, således at alle skolens børn og ansatte har mulighed for at blive en del af resiliensfremmende fællesskaber.

For nogle ledere er der brug for at gå foran i en kulturforandring, hvor meget skal ændres; for andre handler det mere om en kulturforankring, hvor der allerede er en god kultur. I det hele taget er det en god idé at genbesøge skolens værdier og fundament med jævne mellemrum og sikre sig, at alle er ombord, og at værdierne også er synlige og udleveres på skolen.

Kulturforandringerne skal ses som en investering – det kan kræve meget arbejde indledningsvis, men giver afkast i form af resiliensfremmende miljøer, der kan være med til at minimere konflikter og understøtte bedre processer, når udfordringer dukker op.

Som leder har man f.eks. mulighed for at vælge at lægge luft mellem timer og aftaler på skolen, således at ansatte har mulighed for roligt at gå fra time til time eller fra møde til møde. Heri-gennem signaleres der også til børn, at de er velkomne til at henvende sig til den voksne. Dette har rigtig meget med skolens kultur og værdier at gøre. Skolen skal gøre sig klart, hvilke værdier den synes er vigtige for en resiliensfremmende skolekultur – det kunne f.eks. være (nogle af) de 10 grundingredienser (tillid, mening, retfærdighed, selvstændighed, medbestemmelse, samarbejde, samhørighed, livsglæde, rettigheder og omsorg) – og hvordan disse bedst kan integreres i skolens hverdag. Som en del af dette er det også vigtigt at gøre sig klart, hvilket børnesyn man har, og hvordan skolen kan styrke de professionelle relationskompetencer og kombinere relationsudvikling med trivsel og læring.



**Resiliensarbejdet er noget med at vande og gøde, så tingene kommer til at fungere.”**

(En ansat på en af de skoler, der har været med til at udvikle Alle Sammen)



**Når medarbejderne trives – når der er et resilient miljø blandt de voksne – så er der en direkte afsmittende effekt på børn og unge. Derfor er det en vigtig ledelsesopgave at understøtte et godt arbejdsmiljø på skolen.”**

(En ansat på en af de skoler, der har været med til at udvikle Alle Sammen)

## RELATIONSKOMPETENCE I HVERDAGSHANDLINGER

Det er ofte i de små hverdagshandlinger, at en skoles kultur bliver tydelig, og din rolle som leder er meget vigtig her. Du gør sikkert allerede en masse handlinger i det daglige, som har betydning for relationerne mellem alle skolens aktører – ledelsen, de ansatte, børn og forældre. Her er samlet en række idéer fra forskellige skoler – til inspiration og lige til at afprøve i praksis.

- Skolens ledere går en morgenrunde hver morgen på skolens udeareal, inden skoledagen starter, og hilser på børn, forældre og ansatte på vej til skole.
- Skolens ledere er synlige i og omkring personalerummet hver morgen og hilser på alle. De er også synlige i løbet af dagen og særligt i pauserne.
- Skolens ledelse deltager jævnligt i personalets teammøder og er faste deltagere på afdelingsmøder.
- Skolens ledelse kommunikerer ofte i tale og på skrift; f.eks. skrives der hyppige nyhedsbreve til personale, børn og forældre med fokus på skolens liv og resiliensfremmende aktiviteter og værdier.
- Skolens ledere udstråler en 'jeg har set dig'- og 'jeg vil altid høre dig'-attitude. På den måde udstråles det, at ledelsen er der for de ansatte, børnene og forældrene og har dem på sinde.
- Åben-dør-politik for lærere, pædagoger, børn og forældre. Dørene til skolens ledelse står som regel åbne, når der ikke er møder. På den måde signaleres det, at ledelsen altid er tilgængelig for de ansatte, børnene og forældrene.
- Skolens afdelingsledere deltager i klassers, årganges og/eller afdelingers samlinger og aktivite-ter (musicals, emneuger, projekter) sammen med børn, personale og forældre.
- Skolens ledelse deltager i svære samtaler med forældre og på forældremøder efter behov.

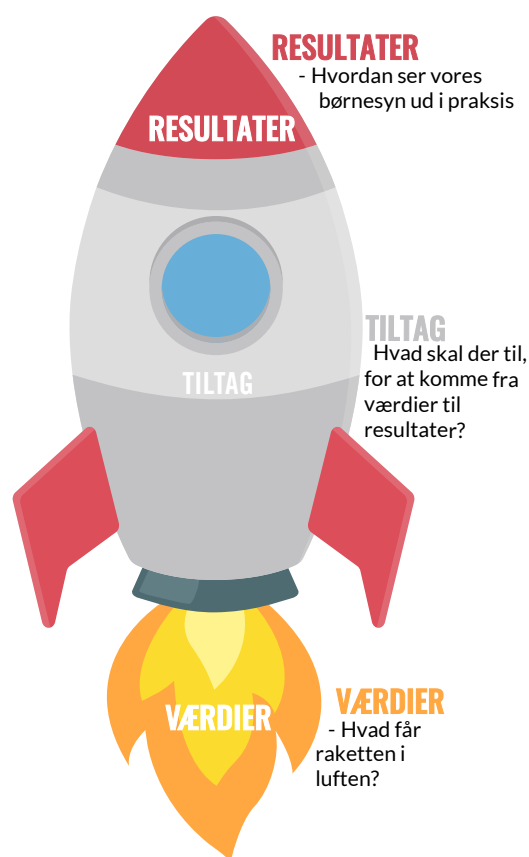
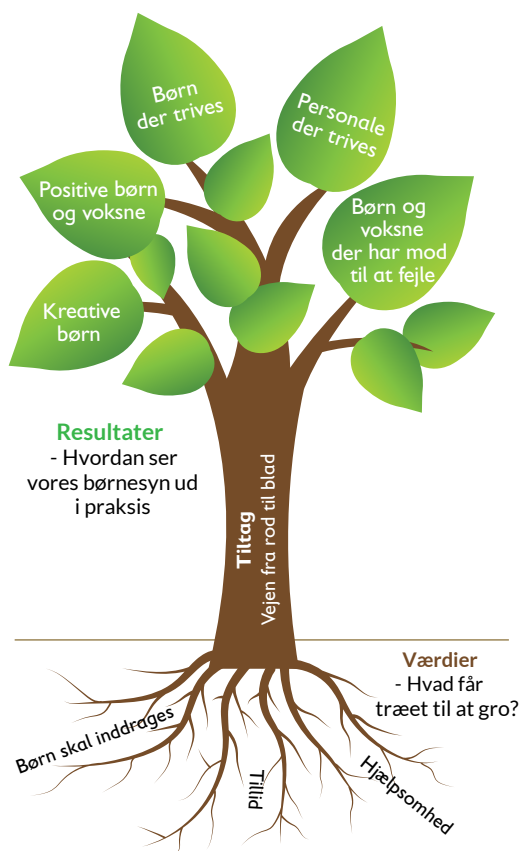
## REDSKABER

Redskaberne i denne del er i høj grad møntet på personalet, men kræver ledelsens facilitering, planlægning og støtte, hvorfor de netop er placeret i denne gruppe.

Redskaber i denne del er:

- **Skolens børnesyn.** Få udviklet og skærpet skolens børnesyn.
- **Skolens arbejde med de 10 resiliensfremmende grundingredienser.** Udvælg skolens fokusområder i arbejdet med resiliensfremmende miljøer, og skab en plan for, hvordan dette omsættes til praksis.
- **Gør det usynlige synligt – isbjergøvelsen.** Undersøg, om jeres praksis faktisk hænger sammen med jeres værdier.
- **Skolens trivselsplan – er vi der, hvor vi gerne vil være?** Skab en oversigt over det, skolen allerede gør for at skabe trivsel, og brug det til at inspirere hinanden internt.
- **Refleksionsøvelse om skolens kultur.** Skab refleksion over personalets interne kultur, herunder synet på børn og forældre.
- **Refleksionsøvelse om tanker, følelser og reaktioner.** Sæt gang i egne og fælles refleksioner og diskussioner over, hvordan de tanker, vi har om børn, forældre og kolleger, påvirker vores følelser og reaktioner.

# SKOLENS BØRNESYN



Eksempler på tegninger/modeller, der kan benyttes.

## Formål:

At få udviklet/skærpet skolens børnesyn og italesat dette sammen, herunder hvilke værdier der skal ligge til grund for børnesynet, samt hvilke tiltag der skal til for at omsætte skolens børnesyn til praksis.

## Deltagere:

Skolens ledere, pædagoger og lærere.

## Tidsforbrug:

90-120 min. Dette inkluderer ikke forberedelse.

Før I går i gang med øvelsen, er det vigtigt at have sat sig ind i, hvad et børnesyn er, og også gerne, hvad et ressourcesyn er. I kan med fordel læse de to afsnit i kapitlet 'Begynder i Alle Sammen' ovenfor. Disse afsnit kan også kopieres og udleveres som handout, der skal læses, inden I går i gang med øvelsen.

## Hvor:

På et personalemøde el.lign.

## Materialer:

Et flipover papir og tusser. I kan forberede en tegning af et træ med grene, blade, en stamme og rødder, inden I starter – eller en raket med raketmotor, krop og spids (se illustrationerne ovenfor – hvis I tegner træet/raketten, skal det selvfølgelig være uden eksempler). I kan også lave nogle præfabrikerede papirer formet som blade, rødder og barkstykker (til stammen) eller raketdele, som I klister på et flipover papir.

**Beskrivelse:**

Denne øvelse består af to aktiviteter:

**A. Omvendt brainstorm****B. Vores børnesynstræ/-raket**

I den omvendte brainstorm vender man først perspektivet på hovedet og diskuterer det omvendte scenarie af det, man gerne vil se. Hvis man f.eks. gerne vil have et børnesyn, der resulterer i, at børn trives og lærer, så kigger man først på, hvordan det ville se ud, hvis børn ikke trives og lærer. Dernæst vender man de negative udsagn til positive, så man får nogle bud på, hvad der skal til, for at børn trives og lærer.

**A. Omvendt brainstorm (ca. 30 min.)****B. Lav en omvendt brainstorm, hvor I diskuterer følgende:**

*"Hvad skal vi gøre, hvis vi skal have en skole, hvor børn ikke trives, hverken fagligt eller socialt?"*

**C. Skriv alle input op på en tavle/flipover. Eksempler på udsagn/input kan være:**

- Råbe ad børnene i undervisningen.
- Ikke inddrage børn i undervisningen.
- Tale løs uden at lytte til børnene.
- Nedgøre/latterliggøre børn over for klassen.
- Være mistroiske over for børnene.
- Ikke skabe muligheder for at lade børnene udfolde sig kreativt – det skal ikke være sjovt at gå i skole.
- Fremme individet frem for fællesskabet.
- Ikke tro på, at børn gør deres bedste og kan bidrage væsentligt til et bedre undervisningsmiljø.

**D. Nu vendes alle (eller de vigtigste) udsagn/input, der står på tavlen/flipover papiret, om til positive udsagn. Eksempler på positive udsagn kunne være:**

- Vi råber aldrig ad børn i undervisningen.
- Vi inddrager børnene så meget som muligt i undervisningen (f.eks. ved at ...).
- Vi lytter til børnene og taler kun i korte sætninger.
- Vi roser børnene for deres bidrag og indsats, vi nedgør dem ikke og taler ikke dårligt om dem.
- Vi inddrager kreative øvelser, leg og sjove aktiviteter i undervisningen, sådan at det bliver sjovt og inspirerende at gå i skole og lære noget.
- Vi inddrager gruppearbejde og fællesskabende og tværfaglige aktiviteter (på tværs af klasser/årgange) så meget som muligt i undervisningen.
- Vi tror på, respekterer og inddrager børns meninger og bidrag der, hvor det giver mening og er relevant.

## B. Børnesynstræ/-raket (60-80 min.)

- C. Allerførst skal I tegne et træ eller en raket på et flipover papir. En af jer kan også med fordel have tegnet træet/raketten på forhånd, eller I kan bruge illustrationerne ovenfor. Der skal være rødder/raketmotor, en god tyk stamme/raketkrop og grene og blade/en god raketspids.
- D. Start med at diskutere træets krone/rakettens spids. Dette er resultaterne af jeres børnesyn, altså hvordan I gerne vil have, at jeres børnesyn udmønter sig i praksis – hvad kommer der ud af at have det? Hvilke børn (og voksne) får I ud af at have netop dette børnesyn? Der skal mest være fokus på børnene, men også gerne nogle resultater for personalet på skolen og evt. foræl-dre. Det kunne f.eks. være nogle positive, selvstændige børn, motiverede for læring, der føler sig trygge og giver konstruktive bidrag, kreative børn, børn, der trives, osv. For de voksne på skolen kunne det være personale, der tør fejle, personale, der trives, personale, der samarbejder, osv. I kan skrive resultaterne på træets blade eller grene/rakettens spids (se illustrationen ovenfor).
- E. Nu skal I så gå ned til træets rødder/raketmotoren. Her skal I diskutere værdier eller principper i skolens børnesyn – hvad er det for værdier, der kan få træet til at gro/raketten til at flyve, og som skaber de ønskede resultater i træets krone/rakettens spids? Det kan f.eks. være: "En tro på, at alle børn (og voksne) på skolen gør deres bedste", "Plads til forskellighed", "Hjælpsomhed – vi er fælles om det", "Skolen er et sjovt sted at være", "Børn skal inddrages", "Vi har tillid til hinanden" osv. I kan skrive værdierne på træets rødder/raketmotoren (se illustrationen ovenfor). I kan både skrive værdier på, som I allerede har i skolens værdigrundlag/vision el.lign., samt nye værdier, som I synes, der skal tilføjes. Markér dem evt., så I nemt kan skelne mellem, hvilke værdier der er nye, og hvilke I allerede har. I kan også med fordel bruge nogle af de 10 grund-ingredienser for et resiliensfremmende miljø (beskrevet i kapitlet 'Begreber i Alle Sammen').
- F. Dernæst skal I fokusere på træets stamme/rakettens krop. Stammen/kroppen er den, der for-binder værdierne med resultaterne, og hvordan børnesynet ser ud i praksis. Dvs. at I her skal diskutere, hvilke strategier eller konkrete tiltag der skal til, for at I kan implementere værdierne og jeres børnesyn i praksis. I kan skrive tiltag på, som I allerede gør (og evt. gerne vil gøre mere af), samt nye tiltag, der skal til. Markér dem, så I nemt kan skelne mellem, hvilke der er nye, og hvilke I allerede gør. Tiltag kan f.eks. være at inddrage leg og kreative øvelser i undervisningen, at huske at lytte til børn og ikke råbe ad dem eller tale ned til dem – samt at opfordre børnene til at gøre det samme i forhold til hinanden – at prioritere aktiviteter, hvor børn arbejder sam-men på tværs af klasser/årge, at gøre sig umage for at have et ressourceorienteret syn i undervisningen og dagligdagen på skolen osv. (se eksempler på træets stamme ovenfor).
- G. Til sidst kan I diskutere, hvordan værdierne (træets rødder/rakettens motor) og tiltagene (træ-ets stamme/rakettens krop) hænger sammen med skolens praksis og værdier i dag, og hvad der evt. skal laves om på eller gøres mere/mindre af for at komme frem til de ønskede resultater for børn og voksne på skolen (træets krone/rakettens spids).

### Variation:

I kan vælge, at trin 2-4 laves som gruppearbejde, hvor hver gruppe skriver resultater, værdier og tiltag på Post-its eller på blade/en raketspids, rødder/en raketmotor og barkstykker/en raketkrop, som er lavet i forvejen. Dernæst diskuteres disse trin for trin (1. resultater, 2. værdier, 3. tiltag) i ple-num, og dem, man er enige om, klistres på træet/raketten. Til sidst diskuterer I trin 5 i plenum. Hvis I vælger gruppearbejde, skal I være indstillet på, at øvelsen tager længere tid.

### Idé:

I kan efterfølgende skrive træet/raketten om til skolens børnesyn i en lille folder, hvor værdierne skrives først som de overordnede principper for skolens børnesyn, som skolens arbejde bygger på, tiltagene skrives som den strategi, der skal til for at udleve værdierne i praksis, og resultaterne er de ønskede mål for jeres børnesyn. Brug evt. hovedpointerne fra øvelsen til at revidere jeres værdigrundlag eller beskrivelsen af skolen på jeres hjemmeside samt andre relevante kommunikative platforme.

# SKOLENS ARBEJDE MED DE 10 RESILIENSFREMMEDE GRUNDINGREDIENSER

## Formål:

At udvælge skolens fokusområder i arbejdet med resiliensfremmende miljøer og skabe en plan for, hvordan dette omsættes til praksis.

Øvelsen hjælper med at identificere skolens nuværende værdier, tiltag og projekter, der understøtter en resiliensfremmende kultur, samt iværksætte en handlingsplan på områder, hvor der ønskes øget fokus. I processen med at understøtte en resiliensfremmende skolekultur kan de 10 grundingredienser (beskrevet i kapitlet 'Begreber i Alle Sammen') være et godt udgangspunkt for en kortlægning og handlingsplan. 'De 10' skal ses som løbende processer, der skaber og vedligeholder resiliensfremmende miljøer i klassen, på skolen og i forældresamarbejdet.

## Deltagere:

Skolens ledelse i samarbejde med skolebestyrelse, pædagoger og lærere.

## Tidsforbrug:

1-3 personalemøder, afhængigt af hvor omfangsrig en handlingsplan man ønsker.

## Hvor:

På et ledelsesmøde, skolebestyrelsesmøde og personalemøde.

## Materialer:

Udprint af de 10 grundingredienser (se kapitlet 'Begreber i Alle Sammen'), blank SMTTE-model (se model til beskrivelse af sammenhæng, mål, tegn, tiltag og evaluering nedenfor) og kortlægnings-skema (se eksempel under SMTTE-modellen nedenfor).

## Beskrivelse:

I arbejdet med at udvælge skolens fokusområder anbefaler vi at tage udgangspunkt i følgende tre punkter<sup>15</sup>:

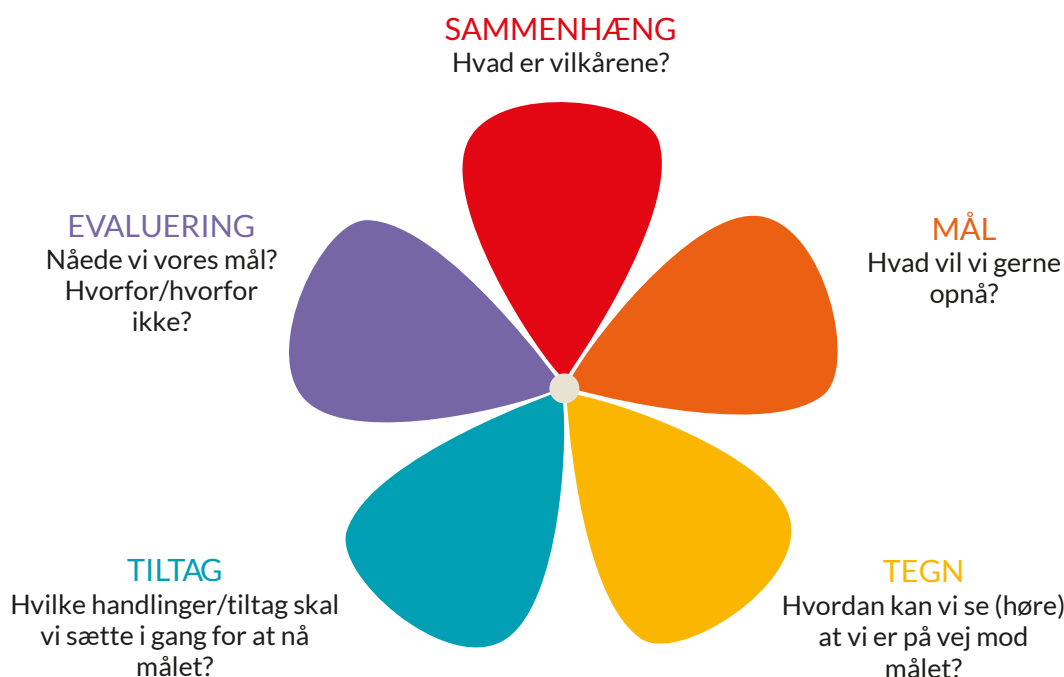


<sup>15</sup>Inspireret af DCUM og trivselskortlægningen.



Skoleledelsen kan med fordel lave **kortlægningen** inden mødet med skolebestyrelsen, som herefter indgår i en dialog om generel vurdering og udarbejdelse af principper for områder, der skal med i den kommende **handleplan**. Dette kan være et udgangspunkt for arbejde med skolens værdiregelsæt og kan evt. give input til en antimobbestrategi, trivselsplan el.lign.

Til udarbejdelsen af en handlingsplan med integreret evaluering kan SMTTE-modellen benyttes. SMTTE-modellen er en model til planlægning og udvikling. Når man anvender SMTTE, konkretiseres mål, og der fokuseres på, hvad det er, man skal se, høre, føle og mærke på vejen mod målet. SMTTE er en dynamisk model, hvor man springer frem og tilbage mellem de fem elementer **sammenhæng, mål, tiltag, tegn og evaluering**.



#### Variation:

- **Kortlægningen** kan også laves på et personalemøde eller skriftligt inden et personalemøde, der så leder til en **vurdering og handleplan** for resiliensfremmende tiltag.
- Handlingsplanen (evt. SMTTE-model) kan med fordel kobles til arbejdet med skolens trivselsplan. Se særskilt redskab til praksis om dette (redskabet 'Skolens trivselsplan – er vi der, hvor vi gerne vil være?' nedenfor).

#### Eksempel:

Skema til kortlægning af eksisterende aktiviteter inden for de 10 grundingredienser og de to kontekster ud over skolen (forældre/hjem og lokalsamfund), og hvem de berører:

Skema ►

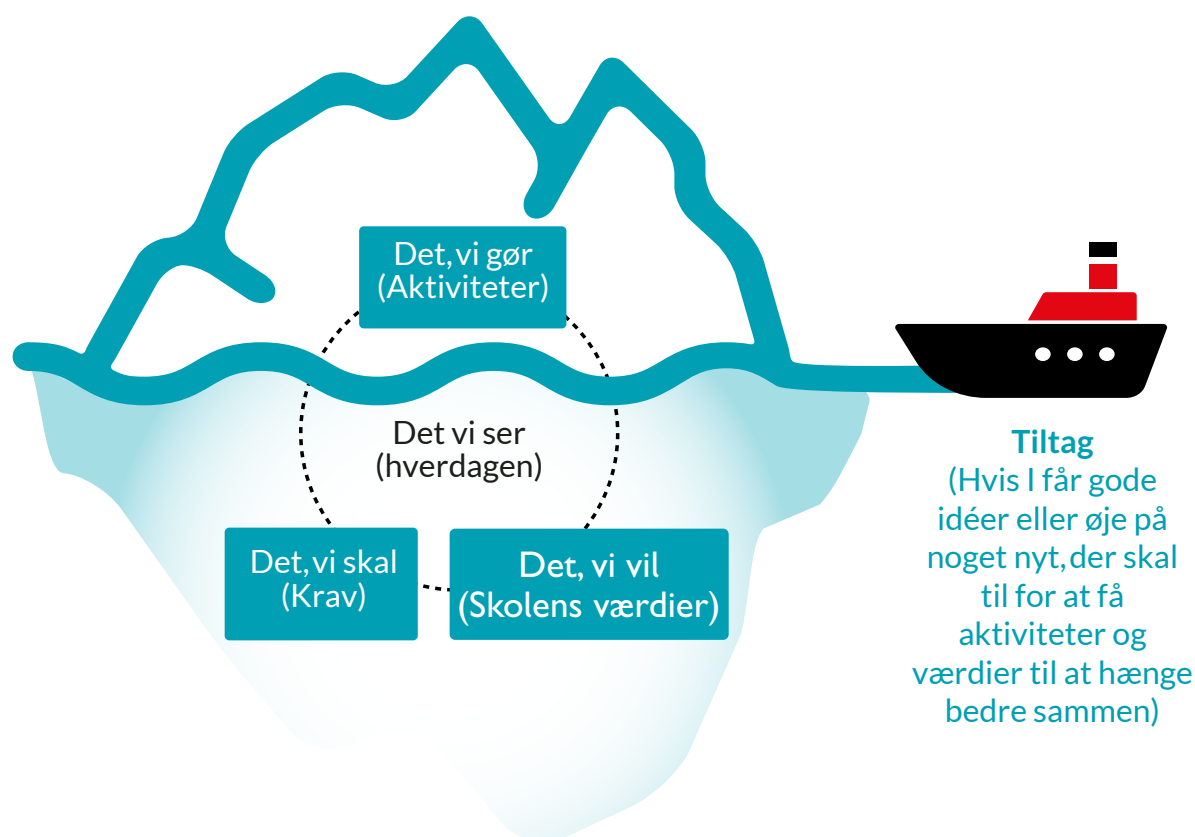
<b>INGREDIENS</b>	<b>AKTIVITET</b> <i>NB! Nedenstående er eksempler!</i>	<b>HVEM</b>
<b>TILLID</b> <i>– vi kan stole på hinanden</i>	At de aftaler, vi laver fælles i klassen, også forsøges efterlevet	
<b>MENING</b> <i>– det giver mening at være her</i>	Skuespil i klassen/årgangen	
<b>RETFÆRDIGHED</b> <i>– alle får lige muligheder, retfærdig fordeling</i>	Feks. snak om konflikter, hvor alle involveredes vinkler belyses (eller hent inspiration i Red Barnets materiale STÆRKE SAMMEN i det supplerende modul A om konflikter og samarbejde)	
<b>SELVSTÆNDIGHED</b> <i>– have tillid til sig selv, og hvad man kan og mener</i>		
<b>MEDBESTEMMELSE</b> <i>– være med til at bestemme</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Når børnene er med til at lave aftaler</li> <li>• for, hvordan det er rart for alle at være i undervisningen/frikvarteret</li> <li>• Børne- og ungeråd</li> </ul>	
<b>SAMARBEJDE</b> <i>– hjælpe hinanden, arbejde sammen</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Samarbejdsøvelser</li> <li>• Gruppearbejde, f.eks. med fokus på bestemte roller</li> </ul>	
<b>SAMHØRIGHED</b> <i>– høre til i fællesskabet, plads til forskellighed, alle er nødvendige</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fællessamling</li> <li>• Makkerlæsning</li> </ul>	Indskoling, mellemtrin og udskoling
<b>LIVSGLÆDE</b> <i>– være optimistisk, være nysgerrig på verden, have et positivt syn</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fejre Trivslesdag</li> </ul>	Hele skolen
<b>RETTIGHEDER</b> <i>– vores rettigheder og grænser respekteres, vi kender vores eget ansvar</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fejre Børnerettigheddag</li> <li>• Undervisningsforløb med fokus på børns rettigheder</li> </ul>	Hele skolen 6.-8.kl. Alle trin
<b>OMSORG</b> <i>– have venner/være gode ved hinanden</i>	Omsorgsbuddies (heste og føl-ordning mellem ældre og yngre børn)	0.kl. og 4.kl.

NB! Til alt dette kan der hentes inspiration på Red Barnet Skole og Dagtilbud.

**Tip:** I arbejdet med udvikling af handleplanen kan I spørge:

- Hvordan omsætter vi udvalgte værdier til handlinger (handleværdier)? En handleværdi ud fra værdien 'retfærdighed' kunne f.eks. være: Alle skal behandles lige godt – det betyder for os, at arrangementer og fødselsdage altid er for enten alle børn eller alle pigerne/alle drengene. Et andet eksempel kunne være ud fra værdien 'samhørighed (fællesskab)': Vi samarbejder med hin-anden; det betyder, at vi hjælper hinanden, f.eks. med...
- Hvordan kommunikerer og viser vi vores værdier i hverdagen – både over for personalet, børnene og forældrene samt udadtil (f.eks. i forhold til kommunen, andre skoler mv.)?
- Hvilke principper har vi til inddragelse af forældre, børn, lokalsamfund og personale i forbindelse med resiliensfremmende tiltag?

# GØR DET USYNLIGE SYNLIGT – ISBJERGØVELSEN



*Hvad ser I? Hænger de tre niveauer sammen, eller skal der nye tiltag til?*

## **Formål:**

Øvelsen går ud på at finde sammenhænge mellem det, vi gør, og det, vi vil (værdierne) – og med de krav, vi skal leve op til.

## **Deltagere:**

Skolens ledelse i samarbejde med pædagoger, lærere og/eller skolebestyrelsen.

## **Tidsforbrug:**

60-120 min.

## **Hvor:**

På et ledelsesmøde, skolebestyrelsesmøde og personalemøde, pædagogisk dag eller i enkelte teams.

## **Materialer:**

Print til alle deltagere af isbjergmodellen samt skema til notering. Find skemaet til sidst i denne øvelse.

### Baggrund:

**Aktiviteter (det, vi gør)** – altså alle de forskellige aktiviteter, man har på skolen – er ofte meget synlige og kan ses som selvfølgelige. Men de repræsenterer kun toppen af isbjerget. Aktiviteter er alle drevet af **skolens værdier (det, vi vil) samt forskellige krav (det, vi skal)**. Aktiviteterne, f.eks. en idrætsdag for hele skolen, en lejrskole, venskabsklasser, den årlige strandtur, fejring af sidste skoledag el.lign., er det, som alle kan få øje på. Men de underliggende værdier og krav er ikke altid udtalte og synlige for alle. Det kan betyde, at der kan være store afstande mellem *det, vi gør, det, vi vil, og det, vi skal*, i hverdagen. Denne øvelse tager udgangspunkt i *det, vi gør*, og undersøger, om sammenhængen til *det, vi vil*, og *det, vi skal*, er til stede. Det gøres ved at spørge: *Hvad ser vi?*

De tre niveauer, *aktiviteter (det, vi gør)*, *krav (det, vi skal)* og *skolens værdier (det, vi vil)*, hænger sammen. Men hvis man ikke gør sig klart, hvilke krav eller værdier der ligger til grund for aktiviteter, risikerer skolen, at indsatsen ikke lykkes, eller at der blandt skolens personale er uenighed om, hvilke indsatser der skal gennemføres, og hvordan.

Øvelsen kan tage udgangspunkt i større refleksioner på skoleniveau, såsom værdier eller strategier. Den kan også benyttes på konkrete aktiviteter, såsom sidste skoledag eller temadage. Slutteligt er den også anvendelig i teamsamarbejdet for at afklare, om alle ser 'hele isbjerget', eller der skal nye tiltag til for at samle gruppens/skolens aktiviteter.

Det er vigtigt at fokusere øvelsen omkring den resiliensfremmende skole, hvorfor øvelsen også tager udgangspunkt i de 10 grundingredienser for resiliens: TILLID, MENING, RETFÆRDIGHED, SELVSTÆNDIGHED, MEDBESTEMMELSE, SAMARBEJDE, SAMHØRIGHED, LIVSGLÆDE, RETTIGHEDER og OMSORG. Brug derfor 'de 10' på isbjergmodellen som udgangspunkt for jeres samtale.

### Beskrivelse:

1. Uddel isbjergmodellen og skema til notering. Forklar kort, at aktiviteter ofte er det synlige, hvor det i dag handler om også at se på de værdier og krav, der kan ligge til grund for disse aktiviteter. Aktiviteterne er *det, vi ser eller gør på skolen i hverdagen*. Hvad ser vi i hverdagen?
2. Sæt rammen for gruppearbejdet. Hvilke aktiviteter skal diskuteres? Du kan lade dig inspirere ved at finde aktiviteter, værdier eller strategier på skolen, som I anser for at være med til at understøtte forskellige grundingredienser i resiliensopbyggende miljøer. Øvelsen går ud på at finde sammenhænge. Hvordan hænger de forskellige aktiviteter sammen med nogle af de 10 grundingredienser? Og hvilke værdier og krav hviler de forskellige aktiviteter på? Tager aktiviteterne afsæt i skolens værdier, i krav eller i dem begge? (Se boks 1 med eksempler nedenfor).
3. I grupper: Vælg nogle aktiviteter, som I synes er med til at understøtte nogle af de 10 grundingredienser i resiliens. Skriv aktiviteterne i skemaet. Sæt dem derefter i forbindelse med krav og skolens værdier, og notér disse i skemaet pr. aktivitet. NB! Det er ikke altid, der hører et krav med til hver enkelt aktivitet. Når I diskuterer skolens værdier, kan I diskutere, hvilke af de 10 resiliensfremmende grundingredienser I synes, denne aktivitet er med til at støtte op om. Det kan give en god mulighed for at få snakket lidt mere konkret om værdierne (se eksempler nedenfor i boks 1). Disse kan I også notere i skemaet. Diskutér derefter: Hvad ser I i hverdagen? Hænger niveauerne sammen, eller kræver det nye tiltag?
4. Slut af i plenum med, at grupperne præsenterer deres skemaer og opsummerer hovedpointerne fra deres gruppediskussion. Saml derefter op med en fælles refleksion over, om der er sammenhæng mellem de forskellige niveauer på jeres skole. Giver øvelsen anledning til, at noget i skolens værdigrundlag eller praksis skal ændres?

### Idé:

Under gruppearbejdet kan I diskutere, om *det, I gør*, også passer med de værdier, I synes er de vigtigste for skolen. Passer aktiviteterne og værdierne til *det, I skriver/siger, at I gør på skolen*? Og i hvor høj grad passer de med/er de drevet af forskellige krav, som er givet gennem lovgivning/skolens regler/planer mv.?

## Boks 1: Eksempler

Aktivitet (det, vi gør): **Opstiller en venskabsbænk i skolegården.** Børn, der savner nogen at lege med i frikvarteret, kan sætte sig der, så andre børn ser dem og inviterer dem ind i legen.

Krav (det, vi skal): Antimobbestrategi på skolen.

Skolens værdier (det, vi vil): Inklusion og omsorg. Alle børn skal føle sig som en del af fællesskabet på skolen, og børnene skal udvise omsorg for/hjælpe andre børn.

Resiliensingredienser, der er vigtige i denne sammenhæng: Tillid, omsorg, fællesskab/samhørighed, selvstændighed.

Det, vi ser: Børnene sætter sig på bænken, men inviteres ikke med i legene. De andre børn ser dem og får medlidenhed, men inviterer dem ikke ind i legen. Resultatet er, at børnene ikke inkluderes, men faktisk ekskluderes.

Resultat: Vi fjerner venskabsbænken og prøver en anden aktivitet i stedet.

Aktivitet (det, vi gør): **Lejrskole.**

Krav (det, vi skal): Bestyrelsen har besluttet, at alle børn skal på lejrskole.

Skolens værdier (det, vi vil): Fælles oplevelser styrker fællesskabet, giver børnene selvstændighed og mod, styrker deres selvtillid og tillid til andre og styrker venskaber og omsorg. De ser hinanden fra forskellige vinkler og lærer noget nyt om hinanden og ser måske også forskelligheder, hvilket giver tryghed – dette kan også være med til at forebygge mobning. Åbner deres udsyn (mod lokalsamfundet).

Resiliensingredienser, der er vigtige i denne sammenhæng: Fællesskab/samhørighed, selvstændighed, tillid og omsorg.

Det, vi ser: Mange børn deltager ikke.

Resultat: Vi må tænke på andre måder at gennemføre aktiviteten på eller overveje at udskifte med en anden aktivitet, der gør det lettere for børnene at deltage. Evt. få bestyrelsen til at ændre kravet.

Aktivitet (det, vi gør): **Faste (lærerbestemte) makker** at lave gruppearbejde med.

Krav (det, vi skal): Skolens bestyrelse har vedtaget en trivselspolitik, hvori der står, at lærerne skal arbejde med klasseledelse og fællesskabende didaktik.

Skolens værdier (det, vi vil): Trivsel og inklusion. Kendskab giver venskab, og jo mere børnene kender til hinanden, jo større forståelse bliver der mellem dem. Dermed er der større sandsynlighed for, at de finder sammen i relationer på kryds og tværs i klassen.

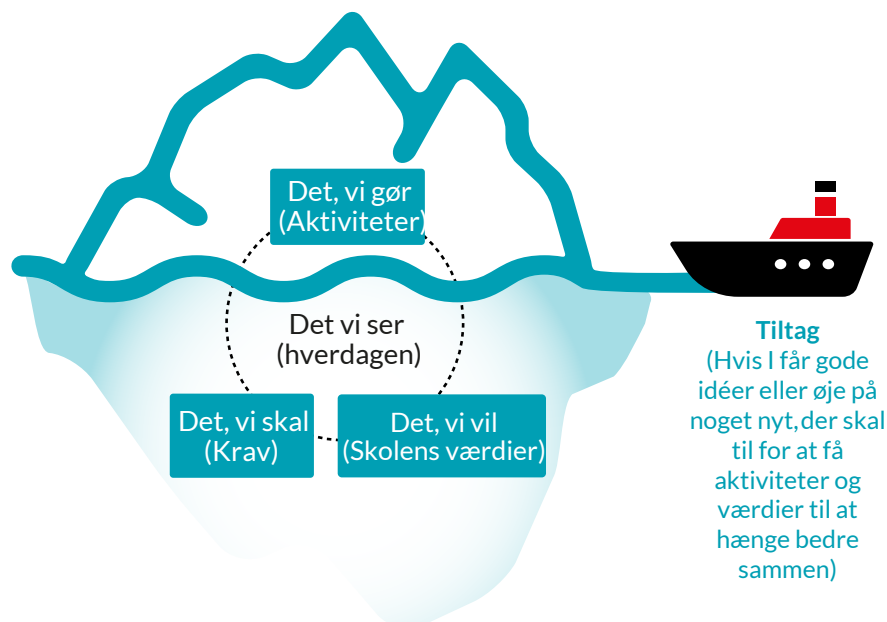
Resiliensingredienser, der er vigtige i denne sammenhæng: Samhørighed, tillid, samarbejde og retfærdighed.

Det, vi ser: Mere ro i klasserne. Børnene fortæller, at det er godt at lære flere børn at kende.

Resultat: Vi fortsætter aktiviteten og deler de gode historier – der er en fin sammenhæng!

## Isbjergmodellen – gør det usynlige synligt

Vælg en aktivitet, I arbejder med, og tal om, hvad I vil med den, eller hvad I skal med den. Brug skemaet på næste side.



Benyt 'de 10' som inspiration til samtalen om, hvad I gør, skal og vil.

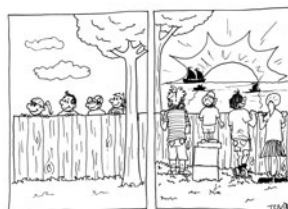
### TILLID



### MENING



### RETFÆRDIGHED



### SELVSTÆNDIGHED



### MEDBESTEMMELSE



### SAMARBEJDE



### SAMHØRIGHED (FÆLLESSKAB)



### LIVSGLÆDE



### RETTIGHEDER



### OMSORG



## Skema til notering

<b>Aktiviteter</b> (det, vi gør)	<b>Krav</b> (det, vi skal)	<b>Skolens værdier</b> (det, vi vil)	<b>Relevante resiliens-ingredienser</b> (fra 'de 10')	<b>Tiltag</b> (Hvis I får gode idéer eller øje på noget nyt, der skal til for at få aktiviteter og værdier + krav til at hænge bedre sammen)



# SKOLENS TRIVSELSPLAN

## – ER VI DER, HVOR VI GERNE VIL VÆRE?

### Formål:

At skabe en oversigt over det, skolen allerede gør for at skabe trivsel, og bruge det til at inspirere hinanden internt.

Alle årgangsteams på skolen laver en oversigt over, hvad de allerede gør af resiliensfremmende tiltag på skolen (herunder fysisk og social trivsel samt støtte og inspiration). Idéen er, at der afsættes tid til at tale om det, som lærere og pædagoger allerede gør, kan og ved i forhold til det forebyggende arbejde med at skabe gode børnefællesskaber. Dermed kastes der lys på den daglige pædagogiske praksis samt skolens kultur, så den bliver mere synlig for alle. Processen kan være med til at tydeliggøre, hvad skolens personale godt kunne tænke sig at gøre noget mere af, og evt. hvilke nye kultur- og værdimæssige tiltag der er brug for at sætte i gang på skolen. Det endelige arbejde kan f.eks. bruges som input i skolens trivsels- og antimobbestrategi.

### Deltagere:

Skolens ledere, pædagoger og lærere.

### Tidsforbrug:

Ca. 60-90 min.

### Hvor:

På et personalemøde.

### Beskrivelse:

1. Inden mødet: Skolens ledelse, evt. i samarbejde med andet personale på skolen, definerer på forhånd opgaven, som årgangsteamene skal arbejde med. Det forebyggende trivselsarbejde kan beskrives i to dele, som i praksis fletter sig ind i hinanden. Det er dels den **daglige pædagogiske proces** med at skabe gode betingelser for et resilient miljø og dels **de faste tiltag i løbet af året** (emneuger, sportsturneringer, musicals m.m.).
2. Det besluttet på forhånd, hvem der skal være ansvarlig for det opsamlende arbejde (opsamlingsgruppe).
3. På mødet: En af skolens ledere byder velkommen til personalemødet og gennemgår dagsordenen, som er sendt ud på forhånd.
4. Alle teams sendes ud for at arbejde i grupper, og det er på forhånd besluttet, hvad de enkelte teams skal arbejde med på mødet. Hvis et team er meget stort, f.eks. i indskolingen, hvor der kan være mange pædagoger tilknyttet den enkelte årgang, kan teamet dele sig i flere grupper.
5. Alle teams på skolen udfylder et skema over, hvad de allerede gør af **årlige faste trivselsfremmende tiltag på årgangen** – se forslag til skema nederst. De diskuterer: Har vi de aktiviteter, vi vil have, og fungerer de efter hensigten?
6. Teamene laver derudover et udkast til en oversigt over de **daglige pædagogiske rutiner**. Se idéer i boksen nedenfor.
7. Alle teams sender deres skema og oversigt til en udvalgt person fra opsamlingsgruppen.

8. Alle mødes igen, og i en lynrunde skal en fra hvert team fortælle om én ting, som har været en øjenåbner eller har givet grobund for refleksion på mødet. Hvert team får maks. et minut, så lynrunden ikke tager mere end 10 minutter, hvis der er 10 teams.

9. Opsamlingsgruppen mødes og laver et samlet dokument med skolens pædagogiske praksis. Det aftales, hvordan det videre forløb skal være. Er der brug for forankring eller forandring eller må-ske begge dele? Måske skal dokumentet indgå direkte i skolens trivsels- og antimobbestrategi, eller måske skal det bearbejdes på et personalemøde over flere gange. Dokumentet kan også være igangsætter for et pædagogisk udviklingsprojekt i forhold til at vurdere, hvor skolen er og gerne vil hen i arbejdet med forebyggende trivselsarbejde, altså resiliensfremmende miljøer.

**Variation:**

- Teamet forbereder sig på punkt 5 og 6 på et teammøde, hvor et personalemøde bruges til at skabe fælles overblik over de mange tiltag og daglige pædagogiske rutiner.
- Skolen kan udarbejde sin trivselsplan i forbindelse med Trivselsdagen.

**Eksempel:**

Oplæg til skema til punkt 5

Årgang	Aktivitet	Hvornår	Ansvarlig(e)
Eksempel fra 0. årgang	Klassens tid Venskabsklasse	Hver uge Motionsdag, julearrangement og sommerferieafslutning + to planlagte projekter i årets løb	Klassepædagog og klasselærer Team 0 og team 4
	Elevråd	Ca. 8 møder om året	Elevrådskontaktlærer + samarbejde med klassepædagoger og klasselærer

**Idéer til punkt 6:**

**Eksempler på rutiner i det daglige pædagogiske arbejde:**

- Vi tager en samtale med et barn, der har behov for det.
- Vi hjælper børnene med at håndtere deres konflikter.
- Vi stræber altid efter at sikre en god og respektfuld kontakt og stemning mellem os og børnene og børn og børn imellem.
- Vi laver makkerpar og grupper, der styrker faglige eller sociale mikrofællesskaber.
- Vi samarbejder med klubben om vores børn og klasser og kontakter dem, når der er brug for det.

**TIP:** Overvej at indsætte ratings (1-5) på de enkelte spørgsmål, hvor deltagerne skal forholde sig til, hvor ofte de gør det. 1 = aldrig og 5 = altid.

Overvej at uddybe med, hvordan det foregår.

# REFLEKSIONSØVELSE OM SKOLENS KULTUR

## Formål:

At skabe refleksion over personalets interne kultur, herunder synet på børn og forældre.

Refleksionsøvelserne lægger op til at øge refleksionerne over kulturen i personalegruppen samt over den enkelte medarbejders og skolens børne- og forældresyn. Idéen er at give plads til at opholde sig i refleksionens domæne, hvor alle kan udfolde deres perspektiver og lytte til hinanden.

## Deltagere:

Skolens ledelse, pædagoger og lærere.

## Hvor:

På et personalemøde eller teammøde.

## Beskrivelse:

1. Del jer op i grupper af 3-4. Lad grupperne vælge refleksionsområde (kulturen i personalegruppen, kulturen omkring børnene, kulturen omkring forældrene). Hvis tiden er til det, kan hver gruppe godt diskutere mere end et område. Sørg for, at hvert område nedenfor bliver diskuteret af mindst én gruppe.
2. Én af jer læser det valgte refleksionsspørgsmål op.
3. Alle laver en tavs refleksion i to minutter for sig selv.
4. Valgmulighed 1: Lyt og byt – først fortæller den ene i x antal minutter, så fortæller den anden, og så den tredje. Øvelsen kan også bruges som walk & talk. Herefter gives ordet frit i gruppen.
5. Valgmulighed 2: Først summer man med sidemanden, og derefter gives ordet frit i gruppen.
6. Opsamling. Hvad er vi sammen blevet klogere på?

## Idéer til refleksionsspørgsmål:

### Kulturen i personalegruppen:

Forestil jer, at en af jeres bekendte overvejer at søge job hos jer og er nysgerrig på kulturen blandt personalet. Vedkommende stiller følgende spørgsmål og beder jer være helt ærlige:

- Hvordan er personalegruppens sociale trivsel?
- Hvordan taler I med og om hinanden?
- Hvilken samarbejds-/kollegakultur har I?
- Hvordan anerkender, motiverer og støtter I hinanden?
- Hvordan undrer I jer sammen?
- Hvordan udvikler I jer sammen og bruger hinandens ressourcer?
- Hvordan tager I imod nye medarbejdere? Er der f.eks. faste pladser i personalerummet?
- Hvordan deler I de gode historier på f.eks. pædagogiske møder?
- Hvordan kan I styrke inklusionskulturen (en god samarbejdskultur) i personalegruppen?
- Hvordan giver I hinanden kollegial opbakning?
- Hvordan får I et ressourceorienteret syn på kollegialt samarbejde, sparring og feedback?

### Kultur omkring børnene:

Forestil jer, at I sidder over for en gruppe børn, der stiller jer følgende spørgsmål:

- Har vi en resiliensfremmende kultur på vores skole? Hvorfor/hvorfor ikke? (Se definitionsboks nedenfor).
- Hvad gør I allerede for at styrke relationerne til børnene?
- Hvad gør I for at lytte til det enkelte barn og være nysgerrige på vores perspektiver?
- Hvad er jeres erfaringer med at skabe nærvær i dagligdagen? (Jf. omsorgsetiske handlinger beskrevet under 'Begynder i Alle Sammen', afsnittet om relationskompetence).
- Hvad gør I for hele tiden at lade faglighed og trivsel følges ad? (Jf. omsorgsetiske handlinger beskrevet under 'Begynder i Alle Sammen', afsnittet om relationskompetence).
- Hvordan udøver I og ledelsen jeres autoritet over for børnene?

### Kulturen omkring forældrene:

Forestil jer, at I overhører følgende samtale mellem to gode kolleger:

A: "Jeg har skrevet ud på ForældreIntra om hytteturen for 5.B, men har stadig kun hørt fra to forældre – du kan nok godt gætte hvem."

B: "Ja, det er altid de samme. Det er nok også 'Tordenskjolds soldater', du skal regne med kommer til at bage og tilbyde kørsel."

A: "Præcis. Og de arrangerer en masse socialt for de andre forældre, men det er altid de samme, der ikke dukker op. Man skulle tro, at de ville gøre en større indsats – det ville nok gavne deres børns trivsel."

- Hvordan vil du beskrive dit syn på forældrene? Hvilket forældresyn har vi på vores skole?
- Hvad fungerer godt i vores forældresamarbejde, og hvad kunne godt være bedre?
- Forventningsafstemning: Hvad kan vi forvente og stille krav om til forældrene, og hvad kan de forvente og stille krav om til os?
- Hvad gør du, hvis noget er svært i samarbejdet med forældrene?
- Hvordan hjælper vi hinanden med at få øje på og fastholde et resourcesyn på forældrene? (Se også afsnittene om ressource- og børnesyn i kapitlet 'Begynder i Alle Sammen').
- Hvordan tager du bedst kontakt til forældrene, hvis der er noget, som er svært for deres barn?
- Hvordan møder du og taler med forældrene om de vigtige værdisnakke? F.eks. at børnene er sammen på kryds og tværs i børnegruppen, konflikthåndtering m.m.
- Hvad gør vi for, at nye forældre bliver en del af forældregruppen?

### Red Barnets definition af et resiliensfremmende miljø

*Et resiliensfremmende miljø er et miljø, hvor de 10 grundingsredienser udleveres i praksis. Det er også et miljø, hvor der er høje forventninger til alle børn, uanset baggrund, og hvor ansvaret for fællesskabet deles mellem alle. Det er et miljø, der fremmer fællesskab og samhørighed i og på tværs af grupper, klasser og teams. Det er et sted, hvor man føler sig tryk og kan og tør være sig selv og sige sin mening (også selvom den er anderledes end de fleste andres). Og så er det et sted, hvor man møder respekt, tillid og tolerance fra andre, og hvor der er god kontakt mellem mennesker (fagpersoner-børn; børn-børn; fagpersoner-fagpersoner; fag-personer-forældre; forældre-forældre; forældre-børn).*

### Udfordringer i samarbejdet med forældre

Maria Ørskov Akselvoll skrev i 2016 en ph.d. om forældresamarbejde, hvor hun fandt frem til følgende udfordringer i samarbejdet:

- Der er mange forestillinger om forældresamarbejde, og de er ikke alle videnskabeligt underbygget – f.eks. at et godt forældresamarbejde skulle give bedre trivsel blandt børnene, og at mere samarbejde automatisk giver mere trivsel. Forestillingen er så dominerende, at det ikke virker som en mulighed at sætte spørgsmålstegn ved det, og det sætter en forældregruppe med få ressourcer under et stort pres for at leve op til denne forestilling.
- Mange skoler ser ud til at lade forældre stå for sociale aktiviteter – både for børn og voksne. Når det er forældre, der står for de sociale aktiviteter, risikerer man, at de enten sætter niveauet meget højt, eller at de slet ikke formår at arrangere noget.
- Det er typisk de samme forældretyper, der vælger at stå for aktiviteterne – forældre med mange ressourcer (økonomisk og socialt) – og de er tilbøjelige til at arrangere aktiviteter ud fra deres eget udgangspunkt og tager ikke altid højde for forskelle i ressourcer blandt forældrene.
- Det kræver ressourcer at deltage i de sociale aktiviteter.
- Det er typisk forældre med få ressourcer, der ikke deltager, og deres manglende deltagelse i de sociale aktiviteter kan føre til social eksklusion blandt børnene.

Akselvolls budskab er, at det bør være skolerne, der sætter rammen, og at niveauet bør ligge et sted, hvor alle har mulighed for at deltage.

Kilde: Akselvoll, M.Ø. (2016): Folkeskole, forældre, forskelle: Skole-hjem-samarbejde og forældreinvolvering i et forældreperspektiv, Roskilde Universitet.

# REFLEKSIONSØVELSE OM TANKER, FØLELSER OG REAKTIONER

## Formål:

At sætte gang i egne og fælles refleksioner og diskussioner over, hvordan de tanker, vi har om børn, forældre og kolleger, påvirker vores følelser og reaktioner. Reaktionerne følger automatisk af vores følelser, og vores følelser er svære at ændre, men vi kan øve os i at tænke noget andet og dermed ændre på resultatet.

Det er en kort øvelse, der kan laves i forlængelse af andre møder. Hensigten er at træne vores evne til at stoppe op og forsøge at udskifte de tanker, vi plejer at have. Til det har vi brug for hjælp til at se alternativerne – den hjælp skal vi have hos vores kolleger.

## Deltagere:

Skolens ledelse, pædagoger og lærere.

## Hvor:

På et personalemøde eller teammøde.

## Tidsforbrug:

20-30 min.

## Beskrivelse:

1. Personalet inddeles i grupper med to i hver.
2. Den med det længste hår starter med at fortælle om en (konflikt)situation, hvor en tanke førte til en følelse, som igen førte til en reaktion – se eksempler herunder (I kan finde på eksempler selv eller bruge dem herunder). Den anden deltager spørger: "O.k. – hvad kunne man ellers tænke i den situation?" Lad den, der har fortalt historien, komme med bud på alternative tanker, og diskutér dem sammen. Det er vigtigt, at man ikke kommer til at falde i og sige "Det forstår jeg godt, at du tænkte!", for så sker der ingen udvikling.

## Eksempel 1:

Deltager 1: "Jeg har en kollega, som tit brokker sig over alle de curlingforældre, han døjer med på skolen. Jeg **tænker**, at han er meget negativ, og **bliver irriteret** på ham, så jeg er **begyndt at undgå ham** i pauserne."

Deltager 2: "Hvad kunne man ellers **tænke** om det?"

Når de to deltagere sammen er kommet frem til nogle bud på alternative tanker, skal deltager 1 prøve at formulere situationen, som den kunne se ud med den alternative tanke.

### Eksempel 2:

Deltager 1: "Jeg har en kollega, som aldrig melder sig til at tage med på lejr tur. Jeg **tænker**, at det er super ukollegialt, at vi andre altid skal trække det tungeste læs, så jeg **føler mig uretfærdigt behandlet** og er **begyndt at holde regnskab** med, hvad hun egentlig byder ind med ..."

Deltager 2: "Hvad kunne man ellers **tænke** om det?"

Når de to deltagere sammen er kommet frem til nogle bud på alternative tanker, skal deltager 1 prøve at formulere situationen, som den kunne se ud med den alternative tanke.

### Eksempel 3:

Deltager 1: "Når jeg beder drengene på bagerste række om at dæmpe sig, og de bare griner, så **tænker** jeg, at de gør det for at provokere mig. Det **gør mig sur**, og **jeg skælder ud!**"

Deltager 2: "Hvad kunne man ellers **tænke**, at deres grin var et udtryk for?"

Når de to deltagere sammen er kommet frem til nogle bud på alternative tanker, skal deltager 1 prøve at formulere situationen, som den kunne se ud med den alternative tanke.

### Eksempel 4:

Deltager 1: "Jeg har en pige i klassen, der altid klager over, at hun bliver holdt udenfor. Men når jeg ser hende i frikvartererne, gør hun heller ikke selv noget for at komme med i en leg. **Så tænker jeg**, at hun selv er ude om det. Jeg bliver irriteret og siger: 'Jeg kan jo ikke hjælpe dig, hvis du ikke selv gør en indsats.'"

Deltager 2: "Hvad kunne man ellers **tænke** i den situation?"

Når de to deltagere sammen er kommet frem til nogle bud på alternative tanker, skal deltager 1 prøve at formulere situationen, som den kunne se ud med den alternative tanke.

### Eksempel 5:

Deltager 1: "Der er en pige i min klasse, som altid kommer for sent. Det får mig til **at tænke**, at hendes forældre er ligeglade, og **det frustrerer mig**. Forleden, da det skete igen, forsøgte jeg mig med humor og **sagde - lidt ironisk** - til pigen: 'Godt at se, at du fandt tid til at være sammen med os!'"

Deltager 2: "Hvad kunne man ellers **tænke**, at hendes sene morgener var et udtryk for?"

Når de to deltagere sammen er kommet frem til nogle bud på alternative tanker, skal deltager 1 prøve at formulere situationen, som den kunne se ud med den alternative tanke.

## Idéer til det videre arbejde

- Opmærksomhed på vedligeholdelse af f.eks. professionelle relationskompetencer hos nye som gamle medarbejdere – og særligt ved udskiftning af personale.
- Revider skolens trivsels- og antimobbestrategi, muligvis støttet af et fokus på de 10 resiliens-fremmende grundingredienser (tillid, mening, retfærdighed, selvstændighed, medbestemmelse, samarbejde, samhørighed, livsglæde, rettigheder og omsorg).
- Gør skolens visioner synlige, f.eks. ved at skrive dem på et offentligt sted på skolen, bruge dem i kommunikation på intra osv., således at alle – både børn, personale og forældre – hver dag mødes med ordene eller værdigrundlaget – og sæt handling bag ordene. Eksempel fra Thyre-god Skole.



- Konkretisér værdierne. Gør dem handlingsorienterede, så både børn og voksne ved, præcis hvad de skal gøre for at leve op til dem.
- Arbejd med forebyggelse af mobning. Hent f.eks. inspiration i 'Mobning – viden og værktøjer' af Helle Rabøl m.fl. – kan hentes som e-bog via Red Barnet Skole og Dagtilbud og DropMob.





# PÆDAGOGER OG LÆRERE

---

## INTRODUKTION

I skolen er lærere og pædagoger de betydningsfulde voksne med den vigtige og udfordrende op-gave at skabe et skolemiljø, der kan være med til at skabe positive livsbaner for alle børnene på skolen. Lærere og pædagoger udgør en vigtig faktor for det enkelte barn, men også i høj grad i skolens sociale miljø, idet de har afgørende betydning for at skabe de bedste betingelser for etableringen af børnenes sociale fællesskaber. Læreren og pædagogen skal skabe rammerne for, at alle børn kan deltage og trives i det sociale og faglige fællesskab i skolen. Derigennem kan de være med til at styrke børns viden om deres rettigheder, og hvad disse betyder i praksis. De kan, via deres undervisning og relationer med børnene, sætte fokus på barnets og fællesskabets res-sourcer samt de beskyttende faktorer og risikofaktorer, der kan være i børns liv. På den måde kan læreren og pædagogen have en afgørende rolle for, at børnene lærer at trække på deres egne og andres ressourcer, samt for at skrue op for beskyttelsesfaktorerne og moderere risikofaktorerne i børnenes liv. Med andre ord, så er læreren og pædagogen helt afgørende i udviklingen af børns sociale resiliens i skolen.



Det er veldokumenteret, at den professionelles relation til børn har en afgørende betydning for børnenes relationer til hinanden.”

(Louise Klinge i Rabøl Hansen, 2017, s. 40)

## RELATIONSKOMPETENCE I HVERDAGSHANDLINGER

Pædagoger og lærere er rollemodeller for børnene. Dvs. at det, de siger og gør, har betydning for, hvordan børnene opfatter og ser hinanden. Når den voksne viser, at alle børn i klassen har betydning og er vigtige for fællesskabet, så smitter det af på børnene. De voksnes væremåde og humør er ligeledes med til at etablere en grundstemning og påvirker dermed stemningen blandt børnene i klassen. Man kan sige, at lærere og pædagoger er hverdagens magikere, når det lykkes at skabe en kultur og nogle dynamiske øjeblikke med børnene præget af nærvær, tillid, omsorg og positive emotioner.

Her er samlet en række idéer til hverdagshandlinger fra forskellige skoler – til inspiration og lige til at afprøve i praksis:

- Sig godmorgen, og hils på alle, du møder, børn som voksne, og tiltal dem med navn. Lær også børnene at gøre det over for hinanden. Dette gælder både på og uden for skolen (hvis man f.eks. møder nogle fra skolen på vej til/fra skole).
- Bevæg dig stille og roligt gennem skolegården, og signalér, at du har tid, f.eks. ved ikke at tjekke telefonen eller kigge i dine papirer.
- Når der smalltalkes med børn, så sig f.eks. ”dejligt med solskin i dag, Rosa”, og undgå den vurderende smalltalk som f.eks. ”sikke en flot bluse, Rosa”. På den måde er du via sproget med til at skabe en kultur med fokus på det anerkendende frem for det bedømmende og vurderende.
- Bemærk særlige ting ved børnene, og brug ’identitetsmarkører’, der viser, at du har set netop dem og noget af det, der siger noget om dem. F.eks.: ”Hej, Jonas. Er det en FC Barcelona-ka-sket? Er det dit yndlingshold?”
- Sig ting, så børnene føler sig hørt og set. Her er en række idéer: ”Aha, god pointe, Jonas”, ”Jeg kan godt lide, når I hjælper hinanden med arbejdet” eller ”Det betyder ikke noget, at det gik galt, vi kan hurtigt hjælpe hinanden med at ordne det”.
- Hvis I på skolen eller i klassen har lavet aftaler for, hvordan børnene skal være over for hinanden, så skal I sørge for at lyse på alt det rigtige, de gør. Det er vigtigt med voksne, der er tydelige omkring den adfærd, som de gerne vil have og ønsker mere af, f.eks. ved at sige: ”Sikke en fin ro, I arbejder i lige nu”, ”Dejligt, at I lukker PC’en, når jeg beder om det” og ”Hvor er det godt, at I kommer stille ind fra pause”.
- Fremhæv barnets styrker ved f.eks. at sige: ”Nu kommer du igen med et godt forslag til en fælles fantasileg.”
- Husk de små oplevelser, der har betydning for barnet, og spørg ind til det løbende – f.eks.: ”Hvordan gik det med din søsters konfirmation?”
- Vis barnet, at du gerne vil hjælpe. Sig f.eks.: ”Kom, nu hjælper jeg dig i gang.” Så føler barnet ikke, at han/hun står alene med en opgave, der opleves svær, men får en hånd, der skaber tryk-hed, og får dermed guidning til at komme videre.
- Hvis et barn står i yderkanten af klassens fællesskab, så kan du sætte aktiviteter i gang, som barnet interesserer sig for, eller som du ved, at barnet har nogle styrker indenfor. På den måde kan de andre i klassen få øje på, hvad barnet har at byde på.
- Hvis du oplever et barn som ’problematisk’, så gør dig umage med at finde nogle kompetencer, som barnet har, og fremhæv disse, og brug dem i andre sammenhænge. Det kunne f.eks. være at få barnet til at hjælpe med at undervise/støtte børn i de mindre klasser.

- Hvis et barn har særligt brug for at blive set i en periode, kan du blive enig med alle voksne om-kring en årgang/klasse om at give særlig opmærksomhed til barnet ved f.eks. at søge øjenkon-takt, hilse, tage kontakt og finde noget, som barnet interesserer sig for, og tale sammen om det.
- Indfør 'Jeg er også med'-perioder, sådan at børn, der gerne vil være med i en leg/aktivitet, ikke skal spørge "Må jeg også være med?", men bare siger "Jeg er også med". De andre børn er forpligtede til at forklare, hvad legen går ud på, og at finde en ligeværdig rolle at spille i legen, mens barnet er forpligtet til at følge legens regler.
- Brug humor som pædagogisk redskab. At grine sammen kan skabe fællesskab og samhørighed. Brug bevidst positive emotioner såsom glæde, interesse, kærlighed, omsorg og taknemmelig-hed, og få dem frem i undervisningen. Husk, at for at vi trives som mennesker, skal vi opleve ca. tre positive følelser for hver negative.<sup>20</sup> Det skyldes, at vi er prædisponerede til at rette fokus på det, der er negativt, så det negative fylder meget mere i vores opmærksomhedsfelt. Derfor må vi hjælpe hinanden i hverdagen med også at være opmærksomme på alt det, der gør os godt, og det, der fungerer.
- Hold dig selv og dine kolleger fast på, at lærer- og pædagoggruppen selv udlever det, de siger – autenticitet og troværdighed (så ens værdier ikke blot er skueværdier, men handleværdier).

## REDSKABER

Redskaber i denne del er:

- **Refleksionsøvelse med dilemmakort.** Styrk refleksionsarbejdet vedrørende professionelle relati-onskompetencer og egen hverdagspraksis.
- **Udvikling af relationskompetencen – min tilgang til børnene.** Selvobservation og kollegial sparring på konkrete hverdagshandlinger i relationer til børn, forældre og kolleger.
- **Relationscirklen.** Vær med til at sikre, at alle børn har tætte relationer til personalet på skolen – som minimum til én voksen.
- **VækstModellen.** Skab handlingsorienterede og ansvarstagende samtaler med børn, forældre, i teams, osv. på et værdsættende grundlag.
- **Børnesamtaler med fokus på børnenes sociale trivsel og relationer i klassen.** Få et mere nuanceret overblik over alle børnenes trivsel, og hvordan klassens fællesskab fungerer.

<sup>20</sup>Fredrickson, B., 2009, og Fredrickson, B.L. & Branigan, C., 2005.

# REFLEKSIONSØVELSE MED DILEMMAKORT

## Formål:

At sætte gang i en refleksionsproces vedrørende de professionelle relationskompetencer i praksis og efterfølgende skabe plads til dialog og debat om praksisnære dilemmaer. Formålet er at få mange forskellige refleksioner og perspektiver i spil – og hurtige løsninger er ikke et mål i denne øvelse.

## Deltagere:

Pædagoger og lærere – f.eks. på et teammøde eller på et personalemøde, hvor ledelsen sætter tid af til at arbejde med dilemmakortene.

## Tidsforbrug:

30-45 min.

## Beskrivelse:

1. Dilemmakortene fungerer bedst i grupper på 2-5 personer.
2. Én person begynder med at læse dilemmaet op og siger herefter sin umiddelbare mening om, hvad man vil gøre.
3. Derefter gives kortet videre til den næste, som ligeledes siger sin umiddelbare mening.
4. Først når alle har haft ordet på skift, gives ordet frit til en fælles snak om dilemmaet.

## Variation:

- Personalet skriver sine egne dilemmaer, så de kommer tæt på deres egen dagligdag

## Dilemmaer:

Skema til kortlægning af eksisterende aktiviteter inden for de 10 grundingredienser og de to kontekster ud over skolen (forældre/hjem og lokalsamfund), og hvem de berører:

I 2. a er du ved at instruere klassen i en fælles leg ude på fodboldbanen. Du ser, at Daniel står og tjatter til Gabriel, og at Gabriel siger stop. Det gentager sig. Du tænker, at det er godt, at Gabriel siger fra, for du har gjort meget ud af, at børnene skal kunne markere deres egne grænser. Derfor fortsætter du din instruktion, men pludselig ser du, at Daniel slår Gabriel lige i ansigtet. Hvad gør du?

5. b har fået en lille pause midt i et modul. Du har tydeligt fortalt dem, hvor lang tid pausen varer, og at det er vigtigt, at de kommer ind igen til tiden. Tre drenge, der har spillet fodbold, kommer ti minutter for sent. Det er ikke første gang, at de gør det. Hvad gør du?

Du kommer ind i 7. b efter spisepausen, og mange af eleverne er i fuld gang med at sludre, lave sjov og se videoer på deres telefoner, og fire elever jagter hinanden med deres vandflasker. Du må bruge flere minutter på at få ro på klassen. Du går i gang med at introducere dagens program, da én af pigerne begynder at snakke højlydt til sin sidemakker og forstyrrer de andre omkring sig. Hvad gør du?

Du har overtaget 9. b i matematik, og når eleverne skal arbejde med opgaverne, plejer de at måtte rykke rundt i klassen og sidde, hvor de vil. Du har lagt mærke til, at flere elever ofte sidder alene tilbage. Hvad gør du?

# UDVIKLING AF RELATIONSKOMPETENCEN – MIN TILGANG TIL BØRNENE

## Formål:

At styrke lærernes/pædagogernes professionelle relationskompetencer i praksis. Dette gøres via selvobservation eller kollegial sparring og observation på konkrete relationskompetente hverdagshandlinger i forhold til børn, forældre og kolleger.

## Deltagere:

Pædagoger og lærere.

## Beskrivelse:

1. Du vælger tre punkter i din tilgang til børnene, du gerne vil have fokus på. F.eks.: Hvor langt kommer du omkring børnene? Hvordan håndterer du uro? Når du at se alle børnene i øjnene i løbet af en lektion/aktivitet?
2. Dernæst vælges et tidspunkt, f.eks. en lektion, et modul eller en dag, hvor du selvobserverer.
3. Når du selv har fået et indtryk af, hvordan det går med de tre punkter, inviterer du en kollega til at observere med henblik på at give kollegial sparring (se punkt 4).
4. Idéer til observationspunkter:

- **Afstemmere:** Nærvær, øjenkontakt, nikken, smil, grin, tonefald, bekræfte kort, hvad barnet siger, vise (med ord og mimik), at man lytter, forskelle i mimik m.m.

Spørgsmål til refleksion:

- Hvilke afstemmere bruger jeg ofte? Hvordan virker det på børnene? Hvilke børn har jeg ofte god kontakt med? Er der noget, som jeg har lyst til at gøre mere eller mindre ud af?

- **Omsorgsetiske handlinger:** Imødekommer børnenes fysiologiske behov, tager børnenes perspektiv og oplevelse alvorligt, skaber et trygt rum for alle.

Spørgsmål til refleksion:

- Hvordan møder jeg børnene omsorgsetisk? Imødekommer jeg børnenes fysiologiske behov? Hvornår må de spise, drikke, snakke og bevæge sig rundt i klassen? Hvilke regler er der for toiletbesøg? Hvordan taler jeg til børnene og lytter til deres synspunkter? Kommer jeg rundt til alle børn i løbet af en dag/undervisningsgang? Hvordan sørger jeg for, at børnene oplever, at jeg bekymrer mig om dem, sådan at de føler sig betydningsfulde og imødekommet? Hvornår lader jeg dem praktisere et etisk ideal, ved at de erfarer, at de kan bidrage positivt til omverdenen, f.eks. ved at hjælpe kammerater eller voksne, at deres produkter kommer andre til gavn osv.?

- **Evaluering:** De valgte observationspunkter udgør det fælles tredje for den efterfølgende evaluering eller samtale.

## Ide:

Læreren og/eller pædagogen sætter afstemmere samt 'omsorgsetiske handlinger' på dagsordenen på et møde om klassen/årgangen eller jævnligt (struktureret).

# RELATIONSCIRKLEN

## Formål:

At sikre, at alle børn har tætte relationer til personale på skolen – som minimum til én voksen. Hensigten er at gøre pædagogen og læreren opmærksom på, hvordan deres relationer er til børnene, og om enkelte børn ikke har en tæt relation til personalet omkring dem. Øvelsen kan være igangsætter for gode rutiner, som sørger for, at alle børn har en god relation til en voksen og bliver set hver eneste dag.

## OBS.!

*Det er vigtigt at huske, at relationscirklerne udelukkende er et værktøj for pædagoger og lærere, som ikke skal anvendes eller deles i børnegruppen. De skal heller ikke ligge frit tilgængelige, så børn eller forældre risikerer at se dem. Derfor skal cirklerne makuleres efter mødet eller låses inde i et skab (såfremt der er et formål med at tage dem frem og bruge dem igen).*

## Deltagere:

Pædagoger og lærere.

## Tidsforbrug:

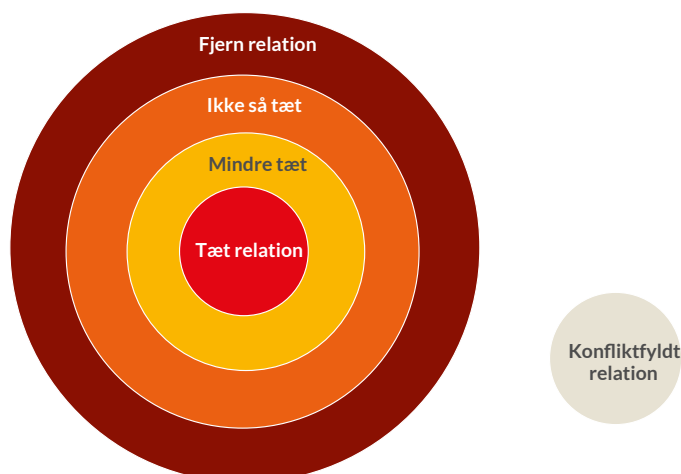
45-60 min.

## Hvor:

På et klasse- eller teammøde.

## Beskrivelse:

1. Alle deltagere tegner fire cirkler på et papir el.lign. som vist på tegningen her.



2. Hver deltager skal individuelt udfylde cirklerne med navne fra den klasse, man er fælles om. I inderste cirkel placeres de børn, som man har en tæt og god relation til, i den næste de børn, man har en mindre tæt relation til, i den tredje cirkel er børn, som man ikke har så tæt en relation til, og i den sidste cirkel placeres de børn, som man har en fjern relation til. De børn, man har en konfliktfyldt relation til, skrives i en anden cirkel ved siden af.

3. Efter at man individuelt har placeret børnene, sammenligner man sine visuelle cirkler med de andre deltageres relationscirkler og ser på, om der er børn, der er placeret i den yderste cirkel eller i den 'konfliktfyldte cirkel' hos alle deltagerne. Det er de børn, der skal fokus på.
4. Fælles pædagogisk drøftelse – brug nedenstående spørgsmål i en fælles diskussion om cirklerne:
  - Hvad kan man gøre, hvis nogle børn er i den yderste cirkel eller i den 'konfliktfyldte cirkel', så det ikke bare bliver en konstatering? Hvordan kan vi i fællesskab sikre, at alle børn har mindst én voksen, som de har en tæt relation til?
  - Er vores teammøder struktureret sådan, at vi kommer omkring alle børn?
  - Prøv at se barnet i et andet lys. På f.eks. teammødet bedes alle fortælle om positive oplevelser med barnet og sammen sætte spot på barnets ressourcer.
  - Vælg et barn, som du har en fjern eller konfliktfyldt kontakt til. Prøv i den næste uge at møde barnet på en anden måde, og prøv at forsøge at forstå, hvorfor barnet gør, som det gør (find inspiration i afsnittet om resourcesyn).



# VÆKSTMODELLEN<sup>21</sup>

## Formål:

At skabe handlingsorienterede og ansvarstagende samtaler med børn, forældre, i teams osv. på et værdsættende grundlag.

VækstModellen er funderet på et menneskesyn om, at alle mennesker har de ressourcer, de har brug for; det er blot op til os at lede efter og fokusere på dem.

VækstModellen er en kulturskabende dialogmodel. Den er visuel, og med en tydelig strukturering af samtalen er den et redskab til den gode, værdsættende og handlingsorienterede samtale. Der tages afsæt i de positive erfaringer. Problemerne tages alvorligt og omskabes til konkrete, fremtidsorienterede udfordringer, som igen omskabes til konkrete og kreative handlemuligheder. Herfra ophøjer alle deltagere i samtalen hver især en eller flere muligheder til aftaler med dem selv. Derved samskabes grundlaget for den ønskede fremtid.

## Deltagere:

Børn, pædagoger, lærere, PPR, sundhedsplejersker, ledelse, forældre m.fl.

## Tidsforbrug:

Fra 20 til 90 min.

## Hvor:

Ved alle typer samtaler, f.eks. den vanskelige samtale, skole-hjem-samtaler, indsatsmøder, konsultative møder, teammøder mv.

## Beskrivelse:

VækstModellen består af disse fem punkter (dagsorden):

1. Godt siden sidst
2. Udfordringer
3. Muligheder
4. Aftaler
5. Det bedste ved i dag?

Man skriver på en planche, på flipover el.lign. hvor hvert punkt er optegnet som en 'sol' (se skabelon med de fem punkter som 'sole' nedenfor), og hver mødedeltager får tildelt hver sin farve skrivered-skab (f.eks. tus). Hver person fortæller, hvad vedkommende har skrevet.

### 1. Godt siden sidst (går godt)

Her er der fokus på det, der har fungeret godt siden sidst, eller det, der fungerer godt lige nu, for at indlede samtalen med noget positivt og for at kunne tage afsæt i det, der allerede virker.

- Hvad fungerer godt? Hvad er alle/klassen/teamet/forældre gode til? Hvad kan vi godt lide ved Sofie/os selv/klassen/teamet?

<sup>21</sup>VækstModellen © er skabt og udviklet af Marianne Grønbæk, direktør og ejer af rådgivnings- og konsulentfirmaet MG-Udvikling ApS – [www.virker.dk](http://www.virker.dk).

Såfremt man ønsker at opnå det fulde potentiale i anvendelsen af VækstModellen, henvises til MG-Udviklings kurser og bøgerne om VækstModellen. MG-Udvikling arrangerer bl.a. kurser for brugere af VækstModellen, som sikrer, at modellen fortsat udvikles og kan anvendes på den bedst mulige og mest ansvarlige måde. Modellen, der er udviklet på baggrund af mange års erfaring med involverende og resultatskabende dialoger, baserer sig på systemisk tænkning og et værdsættende livssyn og er bl.a. beskrevet indgående i følgende bøger: 'VækstModellen – vejen til den gode samtale' af Marianne Grønbæk og Henrik Pors (Dafolo 2009). 'VækstModellen – vejen til dialogbaseret ledelse' af Marianne Grønbæk, Henrik Pors og David Campbell (Dafolo 2010). 'VækstModellen – kulturskabende dialoger' af Marianne Grønbæk, Henrik Pors og Jonas Grønbæk Pors (Dafolo 2017).

## 2. Udfordringer

Fortæl om problemet, og skift fokus til: Hvilke drømme/ønsker/mål har den enkelte deltager i samtalen?

- Hvilke ønsker, drømme og mål knytter sig til problemet?

## 3. Muligheder

Dette punkt er en kreativ idéfase, hvor hver især kommer med idéer til, hvordan man kan se konkrete handlingsmuligheder i relation til udfordringerne.

- Hvilke konkrete handlingsmuligheder ser vi?

## 4. Aftaler

Ud fra de opstillede muligheder vælger hver deltager én eller flere muligheder, som vedkommende ønsker at ophøje til aftaler med sig selv.

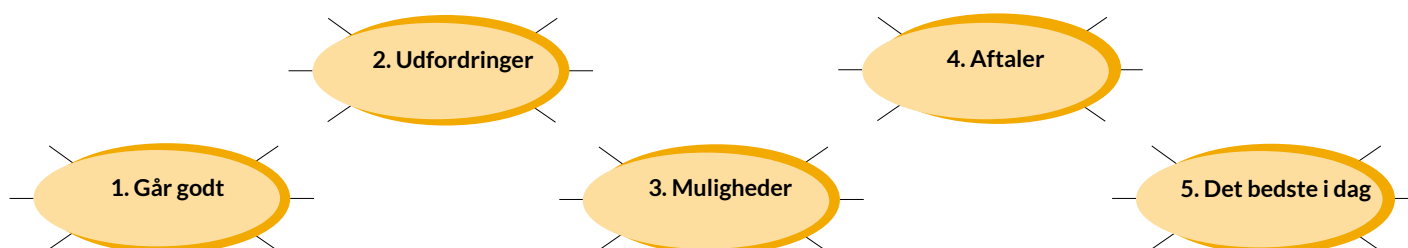
- Hvad vælger du at afprøve?
- Hvornår vil du gøre det?

## 5. Det bedste i dag?

Det sidste punkt giver mulighed for at evaluere samtalen og tale om, hvad der var godt. Det er en runde, hvor man svarer hver især uden at blande sig i eller kommentere på, hvad de andre siger.

- Hvad har været det bedste i mødet for dig?

På et eller flere efterfølgende møder kan man starte forfra med VækstModellen. Skabelon til de fem punkter i samtalen:



# BØRNESAMTALER MED FOKUS PÅ BØRNE- NES SOCIALE TRIVSEL OG RELATIONER I KLASSEN

## Formål:

At få et mere nuanceret overblik over alle børnenes trivsel, og hvordan klassens fællesskab fungerer.

I en travl hverdag kan selv den mest opmærksomme pædagog og lærer komme til at overse, hvordan det enkelte barn trives, og hvordan klassens sociale samspil og fællesskab fungerer. Dette er et arbejdsværktøj, der inddrager børneperspektivet til at danne sig et overblik over børnenes trivsel og indbyrdes relationer i klassen.

## Deltagere:

Børn, pædagoger og lærere.

## Tidsforbrug:

Tidsforbruget kan variere meget. Der skal afsættes tid til samtaler med det enkelte barn + efterfølgende opsamling på samtalerne.

## Beskrivelse:

1. Der afsættes tid til en børnesamtale med hvert enkelt barn i klassen. Ved samtalen kan man f.eks. komme ind på følgende spørgsmål:
  - Kan du lide at gå i skole? Hvorfor/hvorfor ikke?
  - Hvordan har du det med dine kammerater i klassen?/Hvordan trives du socialt i klassen?
  - Hvordan har du det i frikvartererne? Hvad laver du, og hvem er du sammen med?
  - Hvordan har du det i timerne? Hvilke fag kan du bedst lide?
  - Hvem vil du gerne lave noget socialt med i din klasse?
  - Hvad er det gode ved din klasse? Hvad kunne du tænke dig var bedre?
  - Tror du, at alle i klassen har det godt? Eller er der nogen, du synes, det er synd for? Er der ubehagelige kommentarer og drillerier eller nogen, der bliver mobbet?

Barnets svar noteres på et stykke papir eller i et dokument til brug i det opsamlende arbejde. Obs.! Børn opbevares i et aflåst skab, så svarene ikke kan misbruges af andre.

2. Opsamling og det videre arbejde afhænger af, hvad børnene har fortalt. I særlige tilfælde vil der være brug for at tage kontakt til barnets forældre eller forældregruppen – f.eks. hvis man opdager, at der er mobning i klassen. Hvis man skal tilrettelægge en særlig indsats i klassen, så kan indsatserne tænkes i forhold til enkelte børn eller grupper og/eller indsatser for hele klassen.

#### Indsatser i forhold til enkelte børn eller grupper:

- Ud fra børnenes svar kan man danne sig et overblik over, om nogle børn står i udkanten af eller uden for klassens fællesskab. Hvis det er tilfældet, er det de voksnes ansvar at hjælpe barnet ind i relationer, f.eks. ved at positionere barnet i en aktivitet, som barnet interesserer sig for, eller som man ved, at barnet har nogle styrker indenfor. På den måde kan de andre i klassen få øje på, hvad barnet har at byde på.
- Indsats omkring frikvarter – opbygning af relationer gennem fælles aktiviteter. Se redskabet 'Det gode frikvarter' i værktøjskassen til skolens børn.

#### Indsatser i forhold til hele klassen:

- Afhængigt af klassens behov kan der tilrettelægges forløb, som styrker klassens fællesskab og samhørighed (se redskaberne 'Klassesamtale om klassens værdier' og 'Tolerancestyrkende aktiviteter til børn' i værktøjskassen til skolens børn), eller arbejdes med leg og børn og unges digitale færden.

## Idéer til det videre arbejde

- Tag initiativ til at arbejde med læringsmakkere på skolen. Dvs. at lærere og pædagoger løbende er med i hinandens undervisning, sparrer sammen, giver hinanden feedback og bliver klogere på hinandens praksis.
- Benyt parentesmetoden af Helle Rabøl til klasser med lav trivsel eller mistanke om mobning. Parentesmetoden er et analyseværktøj til lærere og pædagoger, der gerne vil undersøge en klasses mønstre og måder at være sammen på med et systemisk perspektiv. Metoden går ud på, at man med fokus på hele klassen udarbejder klassens sociale portræt. Eventuelle enkelt-individer i klassen sættes i parentes for at undgå en individfokuseret tilgang. Metoden lægger op til, at fagpersoner er i dialog og sammen reflekterer, hvorefter mulige tiltag udarbejdes. Til metoden er udarbejdet et skema, der frit kan downloades fra parentesmetodens hjemmeside.
- Find inspiration til arbejdet med digital trivsel og forebyggelse af digital mobning i Red Barnets materialer under temaet 'Børn og det digitale' på Red Barnet Skole og Dagtilbud.
- Hent yderligere inspiration på DCUM's hjemmeside ([www.dcum.dk](http://www.dcum.dk)), hvor der er temaer og redskaber til udvikling af trivsel og læringsmiljø, bl.a. om konflikthåndtering, mobning og relationer.



# BØRNENE PÅ SKOLEN

---

## INTRODUKTION

En god skolegang udgør en vigtig resiliensfremmende faktor, og skolen skal være et godt være- og lærested for alle børn. Børn har jævnligt brug for at mærke, at de betyder noget for læreren/pædagogen.

Mange børn oplever lyst til at gå i skole gennem relationerne til de voksne og relationerne til deres kammerater. De sociale relationer i klassen skal udgøre et fællesskab, hvor alle børn og voksne bidrager til de bedste betingelser for, at alle har mulighed for at deltage på den måde, man kan, og trives godt.

*Tænk tilbage på en lærer, pædagog eller anden voksen, som betød meget for dig i skolen  
– og del det med en kollega ved næste lejlighed.*

Lærere og pædagoger er rollemodeller, og i børnesprog kan det udtrykkes så enkelt, at når de voksne er søde ved børnene og hinanden, bliver børnene også sødere ved hinanden. Når læreren og pædagogen gør deres bedste for at afstemme sig positivt med børnene og skabe rum for de omsorgsetiske handlinger, skaber de et omsorgsfuldt miljø mellem børnene, hvor børnene også hjælper, trøster og støtter hinanden.



Lærer-elev-relationen er fuldstændig afgørende for, om elevers skolegang opleves god eller dårlig, men også for vejen videre i livet.”

(Klinge, 2017, s. 51)

# UNDERSTØTTELSE AF DE TRE PSYKOLOGISKE BEHOV HOS BØRNENE

I arbejdet med børnene skal lærere og pædagoger være opmærksomme på, hvordan man kan styrke de tre psykologiske behov hos børnene – selvbestemmelse, samhørighed og kompetence.

## 1. Selvbestemmelse

Når undervisningen tilrettelægges, sådan at børnene bliver inddraget og involveret, virker det meget motiverende på børnenes lyst til at deltage i undervisningen. Det kan tilrettelægges i delele-menter, hvor børnene får mulighed for at vælge og præge aktiviteterne, og det kan også handle om, at læreren og pædagogen er tydelige i at forklare, hvad der skal læres og hvorfor, således at børnene kan se meningen og have medbestemmelse omkring det, de skal lave.

Hverdagshandlinger i forhold til selvbestemmelse – selvstændighed og medbestemmelse:<sup>23</sup>

- Vis, at faget/opgaven er vigtig, og gør det/den vedkommende, så børnene kan se en mening med faget/opgaven (man kan f.eks. forklare/få en snak med børnene om, hvad man i sin hverdag skal bruge matematik til, og hvorfor det er vigtigt generelt at kunne – hvordan bruger man gange og dividere el.lign. i sin hverdag? Eller hvorfor er det så vigtigt at kunne læse og skrive – ikke bare i dansk, men også i andre fag?).
- Forfølg ofte børnenes initiativer ved f.eks. at sige: "Spændende, sådan havde jeg ikke lige selv tænkt det, men det er en god vinkel – lad os gå videre med det."
- Mød barnet med nysgerrighed over for dets meninger og synspunkter. F.eks.: "Det lyder som en interessant måde at gøre det på, Jonas, kan du uddybe det?" eller "Ja, sådan kan man også gøre – er der andre, der bruger den metode?"
- Giv valgmuligheder, f.eks. ved indimellem at give børnene lov til at vælge emne, makker, eller hvornår man vil tage sin pause. Man kan også opdele timen med fælles undervisning først og senere selvvalg af aktiviteter.
- Skab ofte plads til undrende spørgsmål og spontane ytringer.
- Giv nogle gange børnene mulighed for at bestemme, om de vil fremlægge for hele klassen, i mindre grupper eller for en makker.
- Begrund dine krav og de regler, der håndhæves.
- Lad børnene byde ind med fælles aktiviteter i klassen, f.eks. 'brainbreaks' og lege.<sup>24</sup>
- Prioritér klassens tid på alle klasses trin – hvor børnene/de unge selv kan bestemme, hvad der skal tales om, og hvad de skal lave.
- Udarbejd klassens spilleregler sammen med klassen.

<sup>23</sup>Find evt. inspiration her: [www.redbarnet.dk/media/2992/lege-sammen.pdf](http://www.redbarnet.dk/media/2992/lege-sammen.pdf). <sup>24</sup>Se også Louise Klinges liste i Klinge, 2017, s. 155.



## 2. Samhørighed

Behovet for samhørighed handler om at opleve, at man er en værdifuld del af klassens fællesskab. Det at more sig og grine sammen er et godt eksempel på noget, der kan udløse en stor samhø-righedsfølelse i en klasse, både børnene imellem og mellem børn og voksne.

### Hverdagshandlinger i forhold til samhørighed:<sup>25</sup>

- Hav en god morgenrutine i klassen – hvem er her i dag, og hvem er her ikke? Alle nævnes hver dag; vi husker på hinanden, da alle er vigtige og har værdi.
- Udvis interesse for hvert enkelt barn, og lyt med nærvær, når børnene taler.
- Lad klassen fortælle de positive praksisfortællinger. Hvad er vi gode til i 3. b? En slags anerkendelsesrunde med hele klassen i fokus.
- Lav fællesskabende aktiviteter sammen, f.eks. kreative opgaver, gruppearbejde, lege, tematiske øvelser eller 'brainbreaks'.<sup>26</sup>
- Lad klassen stå for noget uden de voksnes indblanding – f.eks. en aktivitet med ven-skabsklassen. For de ældre klasser at stå for en bod til et åbent hus-arrangement.

## 2. Kompetence

Alle mennesker har behov for at opleve sig selv som kompetent og kunne mestre såvel hverdags-handlinger som nye udfordringer. Barnet oplever sig selv som kompetent, når det kan mestre en given situation i skolen og håndtere de krav, der stilles.

Som lærer og pædagog er det vigtigt at have forventninger til barnets mestring. Det, at barnet oplever, at den voksne forventer noget af barnet og tror på, at barnet kan, er med til at give barnet oplevelsen af kompetence. Det er også vigtigt, at der ikke skabes selvopfyldende profetier, hvor børn 'skånes' og italesættes som "nogle, man ikke skal have for høje forventninger til". Nogle gange kan læreren og pædagogen formå at udfordre børn til at klare noget, som de slet ikke troede, at de kunne.<sup>27</sup> Naturligvis med blik for den nærmeste udviklingszone, så kravene er passende for det enkelte barn.

### Hverdagshandlinger i forhold til kompetence:<sup>28</sup>

- Giv barnet opmærksomhed – både på det faglige, personlige og sociale plan.
- Udtryk dine forventninger til barnet: "Jeg tror godt, at du kan."
- Forstør barnets mestring over for barnet: "Orv, det er sejt, at du klarede det. Jeg vidste, at du kunne. Prøv at fortælle, hvordan du gjorde."
- Giv informativ og anerkendende feedback.
- Sørg for struktur med klare og meningsfulde retningslinjer og mål.
- Skab rum for børnenes udfoldelse – giv mulighed for, at de kan bidrage både verbalt og på andre måder (f.eks. gennem kreative og praktiske opgaver).

Hent også inspiration til at arbejde med styrker og kompetencer i Stærke Sammen, modul 7, 'Mig og os'.<sup>29</sup>

<sup>25</sup>Punkt 1 og 2 fra Klinge, 2017, s. 168.

<sup>26</sup>Hent evt. inspiration i Red Barnets materiale STÆRKE SAMMEN

<sup>27</sup>Oplæg af Peter Berliner, 'Resiliensforskning i skolen', d. 16.4.2013.

<sup>28</sup>De sidste fire punkter er inspirerede af Klinge, 2017, i 'Lærerenes relationskompetence', s. 163.

<sup>29</sup>Find STÆRKE SAMMEN gratis på Red Barnet Skole og Dagtilbud'.

# REDSKABER

Redskaber i denne del er:

- **Klassesamtale om klassens værdier.** Få lavet en flot plakat med de vigtigste værdier for klassen og handlinger, børnene selv kan gøre i hverdagen for at understøtte dem.
- **Det gode frikvarter.** Arbejd systematisk med at skabe gode frikvarterer, som skaber muligheder, der gør det let for alle at deltage i aktiviteter.
- **Venskabsklasser.** Skab skolemakkere og relationer mellem klasser for herigennem at styrke fællesskabet på tværs af klasser og årgange.
- **Tolerancestyrkende aktiviteter.** Børnene skaber plads til forskellighed og kan se styrken i diversitet.
- **Cases til arbejdet med resiliensfremmende miljøer.** Giv børnene mulighed for at omsætte (nogle af) de 10 resiliensingredienser til praksis og reflektere over, hvad de betyder for styrkelse af fællesskabet i børnenes hverdag.

# KLASSESAMTALE OM KLASSENS VÆRDIER

## Formål:

At få identificeret vigtige værdier for klassens trivsel og handlinger, børnene selv kan gøre i hverdagen for at understøtte disse værdier.

Sammen med læreren/pædagogen (evt. begge) får børnene diskuteret de 10 resiliensfremmende grundingredienser samt prioriteret, hvilke værdier der er de vigtigste for klassen. På baggrund af dette kan klassen lave en plan for, hvordan de sammen kan gå videre med nogle af temaerne i klasesamarbejdet fremover.

## Deltagere:

Børn (alle trin), pædagoger og lærere.

## Tidsforbrug:

45-90 min. (Husk også at sætte tid af til at sætte dig ind i denne øvelse, se filmene, print plakaten ud mv.).

## Materialer:

- Film: 'Professoren og børnene – om de 10 grundingredienser i resiliensfremmende miljøer'. Se evt. også de små enkeltfilm (3-5 min. pr. film) om hver af grundingredienserne – eller vælg nogle af dem ud og se dem. I finder filmene på Red Barnet Skole og Dagtilbud.
- Arbejdsark/planche med de 10 grundingredienser. Der er indsat en simpel version nedenfor. I kan også bruge plakaten, som I kan printe ud og hænge op. Den finder I på Red Barnet Skole og Dagtilbud.
- Små klistermærker til afstemning (tre klistermærker pr. barn).

## Beskrivelse:

1. Se filmen 'Professoren og børnene – om de 10 grundingredienser i resiliensfremmende miljøer', (*Tillid, mening, retfærdighed, selvstændighed, medbestemmelse, samarbejde, samhørighed, livsglæde, rettigheder og omsorg*) og få en kort snak om, hvad børnene synes om den.
2. Hæng arbejdsarket eller plakaten med de 10 grundingredienser op på væggen.
3. Gennemgå grundingredienserne (*Tillid, mening, retfærdighed, selvstændighed, medbestemmelse, samarbejde, samhørighed, livsglæde, rettigheder og omsorg*), og bed børnene om individuelt at re-flektere over, hvilke de synes er de vigtigste.
4. Udlevér tre klistermærker til hvert barn sammen med en lille version af plakaten (printet i A4). Bed børnene hver især om at sætte deres tre klistermærker på den lille version af plakaten ud for de grundingredienser, de synes er de vigtigste, for at alle har det godt og trives i klassen. Man må gerne sætte flere klistermærker ved samme tema – men man har kun tre pr. person. Forklar børnene, at det er anonymt – man må sætte sine klistermærker, hvor man har lyst.
5. Når alle børn har stemt, samler du de små plakater sammen.

6. Bed et barn hjælpe med at sætte streger på arbejdsarket/planchen ud for de grundingredienser, du læser højt fra de små plakater med klistermærker på. For hvert klistermærke sættes en streg på arbejdsarket/planchen.
7. Til sidst faciliterer du en dialog vedrørende de 3-5 grundingredienser, som på baggrund af børnenes afstemning fremstår som de vigtigste. Der er lavet en lille kort film om hver af de 10 grundingredienser. Forud for dialogen kan I se de 3-5 små film, der passer til de 3-5 temaer, der er blevet prioriteret højest Red Barnet Skole og Dagtilbud. Formålet med dialogen er at få idéer til, hvordan I kan styrke nogle af de grundingredienser, der er vigtige for børnene, og hvordan I kan få disse bedre integreret i jeres hverdag på skolen. I kan også sammen sætte handlinger på de udvalgte ingredienser og følge op på dem i den kommende periode.

#### Idéer til dialog efter afstemning:

- Hvorfor synes I, at disse 3-5 temaer er de vigtigste temaer?
- Hvad kan vi gøre hver for sig og sammen for at arbejde videre med de her temaer i skolen (gerne pr. tema, altså ét tema ad gangen)?
  - Hvad kan du selv gøre?
  - Hvad kan klassen gøre?
  - Hvad kan lærerne og pædagogerne gøre?
  - Hvad kan ledelsen/skolen gøre?
- Dokumentér resultaterne af diskussionen, så I kan arbejde videre med det. Lav gerne nogle konkrete aktiviteter (f.eks. i en handleplan) på baggrund af det, I diskuterer. Hvis der er tid, kan I også dele børnene op i grupper af ca. 4-5 og bede dem lave en række handleplaner ud fra de værdier, som er blevet prioriteret højest, sådan at værdierne ikke bare forbliver ord, men bliver værdier omsat i handling.

En handleplan ud fra værdien 'retfærdighed' kunne være: *Alle skal behandles lige godt – det betyder for os, at arrangementer og fødselsdage altid er for enten alle børn eller alle pigerne/alle drengene.* Et andet eksempel kunne være ud fra værdien 'samhørighed (fællesskab)': *Vi samarbejder med hinanden; det betyder, at vi hjælper hinanden i klassen* (kom gerne med konkrete eksempler på, hvad dette kunne være i forhold til). Dette skrives evt. på en planche og hænges op i klassen.
- Hvis I vil brede det yderligere ud på skolen, kan I gøre følgende:
- Lad børnene præsentere resultatet af diskussionen/handleplanen for andre klasser og/eller forældre.
- Lav samme øvelse med hele årgangen/sporet.
- Lav samme øvelse med hele skolen/alle klasser (evt. samlet).

## Eksempler på børnehandlinger fra Thurø Skole (børnene vælger selv en handling, de vil arbejde med i to uger)

### Tillid:

- At man siger undskyld for noget, man gør, som ikke er tillidsvækkende. På den måde genskabes lidt tillid.
- At man ikke skal drille nogen, der er anderledes – f.eks. udtaler noget anderledes.
- At man viser interesse for hinanden – så øger man tilliden til hinanden, fordi man lærer hinanden bedre at kende.

### Retfærdighed:

- At man giver sig.
- Hvis man ikke kan blive enige om, hvem der skal bestemme, kan man f.eks. slå 'sten, saks, papir'.
- At man deles om at bestemme.

### Samarbejde:

- At man kan vælge at være sammen med mange forskellige i gruppearbejde.
- At man selv tager ansvar.
- At man hjælper ens klassekammerater til at gøre det rigtige.

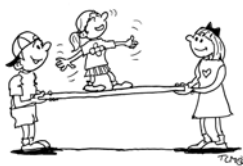
## Arbejdsark til 'Klassesamtalen om klassens værdier', de 10 grundingredienser De

### 10 grundingredienser i social resiliens:

1. TILLID ... vi kan stole på hinanden.
2. MENING ... det giver mening at være her, vi har gode frikvarterer, vi kan se, hvad undervisningen skal bruges til, vi ved, hvad der giver mening for os.
3. RETFÆRDIGHED ... alle får lige muligheder, vi behandles forskelligt for at blive behandlet ens, der er accept af forskelsbehandling og en retfærdig fordeling af arealer, ting, legetøj, opgaver.
4. SELVSTÆNDIGHED ... have tillid til sig selv, og hvad man kan og mener.
5. MEDBESTEMMELSE ... være med til at bestemme, opleve, at der handles, have medindflydelse, have ret til deltagelse, være med i børneråd mv.
6. SAMARBEJDE ... hjælpe hinanden, arbejde sammen og have blik for at 'spille hinanden gode'.

7. SAMHØRIGHED (fællesskab) ... oplevelsen af at høre til i fællesskabet, hvor der er plads til forskellighed, og alle er nødvendige.
8. LIVSGLÆDE ... at glæde sig til at komme i skole, være nysgerrig på verden, have et positivt syn, være optimistisk og have lyst til ting.
9. RETTIGHEDER ... vores rettigheder og grænser respekteres, vi kender vores eget ansvar, vi ved, hvad man må og ikke må og hvad man har ret til.
10. OMSORG ... have venner, være gode ved hinanden.

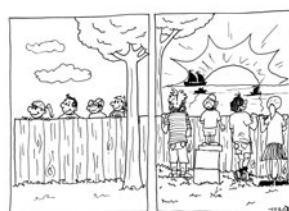
### TILLID



### MENING



### RETFÆRDIGHED



### SELVSTÆNDIGHED



### MEDBESTEMMELSE



### SAMARBEJDE



### SAMHØRIGHED (FÆLLESSKAB)



### LIVSGLÆDE



### RETTIGHEDER



### OMSORG



I kan også downloade plakaten med de 10 grundingredienser og printe den ud og hænge den op, når I snakker om værdierne. Plakaten kan hentes på Red Barnet Skole og Dagtilbud.

#### Variation:

Tegn de 10 resiliensfremmende temaer. Bed børnene om at gå sammen i grupper (af 4), hvor de sammen skal vælge 1-2 af de 10 temaer, som de selv synes giver mening, og lave en gruppetegning af dem, som efterfølgende diskuteres i klassen. (Kan også kombineres med 'Klassesamtale om klassens værdier').

# DET GODE FRIKVARTER

## Formål:

At arbejde systematisk med at skabe gode frikvarterer, der gør det let for alle at deltage i aktiviteter.

Gode frikvarterer har afgørende betydning for børnenes trivsel i skolen, både personligt, socialt og fagligt. Formålet med denne øvelse er at give pædagoger og lærere nogle idéer til, hvordan man kan styrke frikvarterne og dermed opbygge gode børnefællesskaber og relationer gennem fælles aktiviteter.

## Deltagere:

0.-9. klasse.

## Tidsforbrug:

3-15 min.

## Hvor:

I klassen, skolegården, nærområdet mv.

## Beskrivelse:

- Begrebet 'mange-lege' introduceres i klassen – altså lege, hvor mange kan være med. Ved 'mange-lege' kan man beslutte, at man ikke behøver at spørge "Må jeg være med?", men at man altid kan sige "Jeg er også med" og være en del af legen, hvis man ønsker det. Dette styrker delta-gelsesmulighederne for alle børn. Hvis man indfører dette, er det vigtigt, at man også fortæller de andre, når man går ud af legen, ved f.eks. at sige "Jeg er ikke med mere".
- Klassen udarbejder et idékatalog til klassens lege, og dette hænges synligt op i klassen. Alternativt kan alle de lege, der typisk leges i klassen, tegnes og lamineres og hænges op på en dertil indrettet legevæg i klasselokalet. Tal eksempelvis om, hvad der skal til, for at frikvarterer bliver gode for alle.
- Læreren og pædagogen introducerer ofte nye fælleslege, også i skolens ældste klasser. Hvis et barn har særligt brug for at få nogle bedre pauser, kan man aftale at sætte lege i gang, som barnet særligt godt kan lide.
- Legene fra idékatalogøvelsen ovenfor skrives ned på små sedler, der lægges i en krukke. For at prioritere det gode frikvarter stopper undervisningen fem minutter før dagens store pauser – 10-pausen og spisepausen. Pædagogen eller læreren trækker tre sedler op og spørger derefter, hvem der vil være med til de tre aktiviteter. Den anonymiserede form gør, at aktiviteternes popularitet ikke afgøres af, hvem der har stillet forslaget, og ingen børn udstilles, hvis deres forslag ikke møder så stor opbakning.
- Inden pausen begynder, har alle børn ideelt set valgt en aktivitet, så alle børnene ved, hvad de skal lave i pausen.
- Arbejdet med at skabe gode frikvarterer er også vigtigt i skolens ældste klasser, da mange unge ender med at sidde alene begravet i deres mobiltelefon, fordi de ikke ved, hvad de skal, eller hvordan de får hægtet sig på en aktivitet. Her kan man f.eks. etablere fællesskaber på tværs af klasserne i frikvarterne.

**Bemærk:**

I vil komme til at opleve situationer, hvor børn ikke ønsker at deltage i aktiviteterne. For nogle børn handler det om, at de har brug for at trække sig lidt, andre vil hellere have fri leg, og endelig kan der være fællesskaber, hvor det at lege ikke anses for at være 'sejt', og hvor nogle børn har brug for at markere det ved ikke at deltage.

Det vil være jeres fagprofessionelle vurdering, hvad den manglende deltagelse skyldes, og derfor også, hvad der kan gøres ved det. Husk på, at alle børn har brug for en mulighed for værdig deltagelse, og de har brug for, at aktiviteten giver mening for dem. Tilsvarende jeres undervisningsdifferentiering kan I lave aktivitetsdifferentiering, hvor I tilbyder alternative deltagelsesmuligheder for dem, der tøver. Det kan være at tage tid, holde styr på point, være dommer osv. Og det er vigtigt at strukturere aktiviteten, så I undgår 1.- og 2.-vælgere og følelsen af at blive valgt fra.

**Tip:**

I kan sætte fokus på frikvarterfaciliteter på skolens ude- og indearealer. Er der områder på skolen, der lægger op til leg, spil og samvær for både de yngste og ældste klasser? Er der nogle steder, der er meget populære og måske kamp om at være – f.eks. gyngerne? Lav f.eks. et kort over skolen, hvor hvert barn tegner ind, hvor det er rart at være i frikvartererne. Kortene kan samles til et kort med alle børnenes yndlingssteder. Benyt evt. øvelsen 'Mit nærområde' under 'Lokalsamfund', til at tale om områderne, der benyttes i frikvarteret – hvor er det rart/ikke rart at være, og hvorfor – hvad kan vi gøre?



# VENSKABSKLASSER

## Formål:

At skabe skolemakkerer mellem små og store børn for på den måde at styrke alle børns trivsel og en positiv skolekultur/fællesskabet på tværs af klasser og årgange. Ved at have en venskabsklasse kan de yngre børn blive mere trygge, også ved overgangen fra indskoling til mellemtrin, og de store børn kan opleve sig mere værdsatte.

## Deltagere:

To forskellige klasser, gerne på forskellige klassetrin.

## Tidsforbrug:

Det kan variere og afhænger af, hvor meget tid der prioriteres til det.

## Beskrivelse:

1. Små og store klasser mikses, afhængigt af skolens størrelse. På en skole med klasser fra 0.-9. klasse kan man f.eks. koble 0. klasse med 5. klasse, 1. klasse med 6. klasse, 2. klasse med 7. klasse, 3. klasse med 8. klasse og 4. klasse med 9. klasse.
2. Man kan vælge at lave en heste-føl-ordning, hvor børnene i de to klasser bliver sat sammen i makkerpar. Hvis der er et ulige antal børn i hver klasse, kan nogle af børnene have den samme makker. Husk at danne nye makkerer, hvis et barn stopper i klassen. Idéen med makkerpar er, at så har man altid som udgangspunkt en at være sammen med, når man mødes med venskabsklassen.
3. Introducér begge klasser hver især for konceptet 'venskabsklasser'. Hvordan kan man være en god skolemakker? Især det ældste barn/den unge skal være bevidst om, hvordan man kan være en god rollemodel. Det er vigtigt, at den store opfører sig ansvarligt over for den yngre, men den store har ikke ansvaret for den yngre.
4. Der findes mange mulige aktiviteter, som de to venskabsklasser kan lave sammen, og aktiviteterne kan have både sociale og faglige mål. Det er en god idé at lade venskabsklasserne selv være med til at bestemme, hvad de gerne vil lave sammen.

## Idéer til aktiviteter:

- Trivselsaktiviteter – f.eks. legeforløb eller fodboldforløb, hvor de store f.eks. lærer de yngre om fairplay.
- Spilletime, f.eks. brætspil eller skakturnering.
- Frikvartersaktiviteter.
- Traditioner omkring højtider og andre faste arrangementer.
- Fælles projekter som f.eks. morgenløb, teater, festlige arrangementer m.m.
- Faglige forløb – f.eks. oplæsning i dansk, fortællertimer, praktisk matematik, oplæg om interessante emner (alle fag).
- Lektielæsning.

# TOLERANCESTYRKENDE AKTIVITETER

## Formål:

At børnene skaber plads til forskelligheder og kan se styrken i at være forskellige.

Der arbejdes med tolerance ud fra følgende definition:

*Tolerance er at se og acceptere forskelligheder i børnegruppen og behandle hinanden som ligeværdige. Lav tolerance er en af hovedårsagerne til, at mobning kan opstå i en klasse. Det er således formålet, at klassen bliver opmærksom på, at det at være forskellige er en styrke både for klassen og for det enkelte barn, for så kan alle være dem, de er, og de kan måske lære noget af hinanden.*

## Deltagere:

Klasser på mellemtrinnet og i udskolingen.

## Tidsforbrug:

3-6 lektioner.

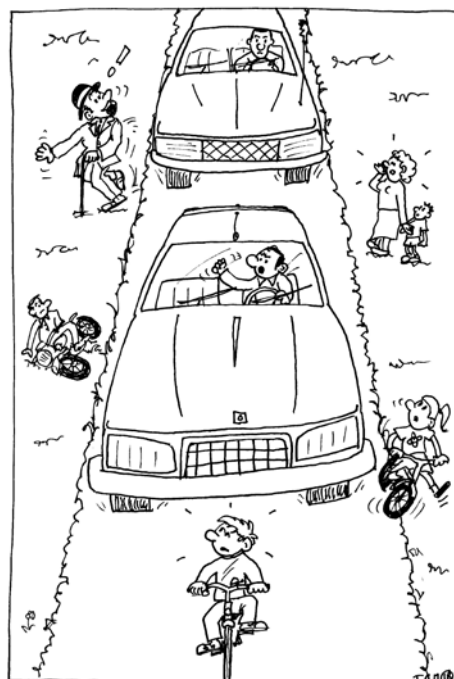
## Beskrivelse:

### 1. Introduktion til begrebet tolerance

Fortæl klassen om begrebet tolerance ud fra ovenstående definition. Lav en brainstorm over, hvad det betyder i praksis. Hvordan kan forskellighed se ud? Hvordan kan forskellighed være en styrke?

### 2. Forskellen på høj og lav tolerance i en kultur/klasse

Brug billedet nedenfor. Billedet med den brede vej og de mange køretøjer og mennesker symboliserer en kultur med høj tolerance, hvor der er plads til forskellighed og at være lige den, man er. Det modsatte er en meget smal sti, hvor der er specifikke normer for, hvordan man skal være og opføre sig. I en sådan kultur præget af lav tolerance kan man nemt falde ved siden af og føle sig uden for fællesskabet. Brug billedet med den smalle vej til at tale om lav tolerance.



### 3. Energizer: Vi er alle forskellige (fra materialet DropMob).



#### Beskrivelse:

Børnegruppen samles i midten af lokalet, og de skal nu inddeles gentagne gange i to grupper, der skal gå til hver deres ende af lokalet for at understrege ligheder og forskelle mellem dem. Pædagogen/læreren finder selv på kategorier, f.eks. 'Alle, der har/ikke har en lillebror', 'Alle, der har/ikke har leverpostej med i dag', 'Alle, der interesserer/ikke interesserer sig for biologi'. Ved f.eks. at inddrage interesser kan børnene og de unge lære nye sider af hinanden at kende.

Øvelsen rundes af med at tale med børnene om, at en klasse altid har mange forskelligheder. Forskellighederne er gode, fordi alle i klassen kan bidrage med noget forskelligt, og det styrker fællesskabet.

#### Obs.:

Vær opmærksom på, at der i nogle klasser kan være uskrevne regler for, hvad der er acceptabelt. Det kan f.eks. være, hvilket tøj de har på, hvilken sport de dyrker, eller hvilke sociale platforme de har profiler på. I disse klasser skal du være varsom med, hvad du inddeler klassen efter, så du ikke ved et uheld kommer til at udstille de elever, der ikke lever op til klassens uskrevne regler. Hvis du får fornemmelsen af, at du 'rammer et ømt punkt' for klassen, kan du med fordel snakke med klassen om det ved at spørge til klassens uskrevne regler på en nysgerrig og anerkendende måde.

### 4. Energizer: Fortæl, og byt

Man starter med at producere nogle kort, som bagefter skal bruges i legen. Det kan f.eks. handle om, hvad man bedst kan lide, f.eks. 'solskin eller skygge', 'sove længe eller stå tidligt op', 'lakrids eller vingummi'. Kortene produceres, ved at børnene først summer sammen to og to om, hvilke eksempler der skal med på kortene. Derefter skriver klassen i fællesskab alle deres idéer ned i et fælles dokument. Dokumentet printes ud, og sætningerne med udsagnene klippes ud i nogle lange strimler (så der på én strimmel f.eks. står 'solskin eller skygge', på en anden 'lakrids eller vingummi' osv.).

Hver elev skal nu have en strimmel, som de bevæger sig rundt med i lokalet. Man markerer, at man er ledig, ved at række en hånd i vejret. Når man møder en anden, læser man på skift sit udsagn op og beder den anden om at tage stilling til, hvad vedkommende foretrækker. Man må gerne kunne lide begge dele; så forklarer man bare, "at nogle gange kan jeg godt lide at sove længe, og andre gange er det rart at stå tidligt op". Når begge personer har svaret på begge udsagn, bytter man strimmel og rækker sin hånd i vejret.

## 5. Summe- eller skrive opgave

Sig til klassen, at de skal se sig selv som et orkester. Her er der mange forskellige instrumenter: fløjter, trommer, bas mv. For at skabe en god grundmelodi (stemning) kræver det, at alle spiller sammen, og at der er plads til de mange forskellige lyde. Hvis trommerne bare spiller derudad i alt for hurtigt tempo, så lyder melodien helt forkert. Spørg så børnene om, hvad skal der til, for at alle kan spille godt sammen.

Børnegruppen kan enten summe i makkerpar eller i små grupper eller skrive en individuel op-gave ud fra ovenstående spørgsmål. Opgaven skal tilpasses børnegruppen, og læreren/pæda-gogen skal være opmærksom på, at ingen kommer i klemme, når spørgsmålet besvares, eller ved en evt. fælles opsamling.

Brug eksempelvis andre billeder som et fodboldhold, alt efter din klasses interesser.

## 6. Cases eller rollespil

Her er nogle idéer til cases, som klassen kan arbejde med. Casene kan også bruges til rollespil, sådan at børnene via rollespillet viser, hvordan de vil håndtere casen.

Pædagogen, læreren eller klassen kan selv skrive deres egne cases. Vær opmærksom på, at casene etisk set er i orden og f.eks. ikke kommer til at udstille nogle Børn. Brug ikke navne fra klassen som eksempler i casene.

### Beskrivelse af arbejdet med cases:

I arbejdet med cases skal børnene 'stemme med deres fødder' ved at stille sig i det hjørne, som repræsenterer den måde, de vil håndtere casen på. Derfor skal lokalet klargøres, så børnene kan bevæge sig rundt imellem lokalets fire hjørner. Det kan derfor være nødvendigt at flytte rundt på borde og stole for at give plads til børnene. I kan også vælge at lave øvelsen udenfor.

**Eksempler på cases:** Nikolaj vælger noget musik på YouTube, og du hører, at han får nogle kommentarer fra de andre i klassen om, at det er dårlig musik. Han siger ikke noget, men du kan se, at det generer ham.

Hvad gør du?

- Jeg siger til Nikolaj, at jeg godt kan lide hans musik, og at han ikke skal høre på dem – hjørne 1.
- Jeg siger til de andre, at det ikke er i orden at kritisere andres musiksmag – hjørne 2.
- Jeg siger, at det er fedt, at vi har forskellig musiksmag – hjørne 3.
- Den opfindsomme (her kan man selv finde på et svar eller kombinere ovenstående svar) – hjørne 4.

Når alle har placeret sig i et hjørne, spørger du dem, hvorfor de har valgt, som de har. De børn, som har placeret sig ved 'den opfindsomme', skal fortælle, hvilke forslag de har.

Maria er blevet klippet og kommer glad i skole. Du synes, at håret var pænere før, så da Maria spørger, hvad du synes om det nye hår, ved du ikke, hvad du skal sige.

Hvad gør du?

- Jeg siger, at håret er pænt, selvom jeg ikke mener det – hjørne 1.
- Jeg siger, at det ikke er vigtigt for mig, hvordan hendes hår ser ud; det betyder ikke noget for, om jeg kan lide hende eller ej – hjørne 2.
- Jeg siger, at hendes hår altid er pænt – både før og efter klipningen – hjørne 3.
- Den opfindsomme – hjørne 4.

**Tip:**

Find flere cases på DropMob – her er cases til henholdsvis indskoling, mellemtrinnet og udskoling.

**7. Evaluering af forløbet**

Hvis I har valgt at lave aktiviteterne i sammenhæng med hinanden og dermed skabt et forløb, kan I afslutte med en evaluering. Hvad er vi blevet klogere på i dette forløb/hvad har vi lært?

# CASES TIL ARBEJDET MED RESILIENSFREMMENDE MILJØER

## **Formål:**

At give børnene mulighed for at omsætte (nogle af) de 10 resiliensfremmende grundingredienser til praksis og reflektere over, hvad de betyder for styrkelse af fællesskabet i børnenes hverdag.

Gennem cases skal børnene tage stilling til, hvad de ville gøre i en given situation. Børn er eksperter på eget liv, og gennem strukturerede øvelser får de mulighed for at reflektere over, hvordan de hver især kan bidrage til et rart og trygt fællesskab.

## **Deltagere:**

Mellemtrin og udskoling. Eksemplerne på cases henvender sig primært til mellemtrinnet – lav gerne selv variationer, hvis du arbejder på andre klassetrin.

## **Tidsforbrug:**

30-60 min.

## **Beskrivelse:**

Som supplement til redskabet 'Klassesamtale om klassens værdier' er der her en række cases, som kan bruges til diskussion og stillingtagen. Man kan konkret arbejde med casene som rollespil eller som samtalekort, børnene skal tage stilling til, f.eks. med samme fremgangsmåde som de cases, der er beskrevet i redskabet 'Tolerancestyrkende aktiviteter' (punkt 6: Cases eller rollespil). Man kan også diskutere cases i klassens time, AKT-forløb eller noget helt tredje.

Nedenstående cases er lavet med udgangspunkt i de 10 resiliensfremmende grundingredienser: tillid, mening, retfærdighed, selvstændighed, medbestemmelse, samarbejde, samhørighed, livsglæde, rettigheder og omsorg.

### Tillid:

Sebastian holder sig meget for sig selv i frikvartererne. Det virker, som om han ikke er tryk ved de andre børn. Nogle af børnene har forsøgt at få ham med, men det hjalp kun i kort tid. Hvad kan man gøre?

### Mening:

Theo, Malthe og Lucas kan ikke se meningen med at skulle have natur/teknik-fag, og de er enige om, at det er det værste fag. De vil være professionelle fodboldspillere og kommer aldrig til at skulle bruge det til noget, siger de. Men så en dag får klassen besøg af Sophias far, der er elektriker, og de får lov at sætte stikdåser på ledninger, mens han fortæller om ampere og volt. Theo er helt vild med det – nu giver det mening for ham. Hvad kan han sige til Malthe og Lucas?

### Retfærdighed:

Jonas har svært ved at koncentrere sig i timerne. Han får lov at holde en pause en gang imellem, selvom nogle af de andre børn protesterer over, at de ikke også må. Hvad synes I, at læreren kan sige og gøre?

### Selvstændighed:

Klassen har i dansk skullet læse en novelle som lektier derhjemme. Fatimah har læst den og synes, at den var rigtig god og spændende. Marie, Zara og Sofie, som er Fatimahs nye veninder, har ikke gidet at læse den, for de synes, at den virkede helt vildt kedelig. Da de spørger Fatimah, om hun har læst den, og om hun ikke synes, den var kedelig, ved hun ikke, hvad hun skal sige. For hvad nu, hvis det kommer til at påvirke deres venskab, hvis hun siger sin mening? Hvad kan hun gøre?

#### Medbestemmelse:

Emil og Christian gider ikke rigtig engagere sig (deltage) i undervisningen. Når læreren spørger, hvorfor de ikke er interesserede, siger de, at de godt kunne have tænkt sig at være med til at bestemme noget af det, der skal undervises i i klassen. Det gør de hos en anden lærer. Mange af de andre børn er enige med Emil og Christian, men de tør ikke sige det højt. Hvordan kan de snakke med læreren om det?

#### Samarbejde:

Camilla, Astrid og Lykke laver gruppearbejde, men Camilla er træt af, at de andre hele tiden pjatter, så hun laver det meste af arbejdet. Da gruppearbejdet skal fremlægges, har hun lyst til at sige til læreren, at hun har lavet det meste alene, men de andre piger beder hende hjælpe dem med deres præsentationer, så de kan fremlægge sammen alle tre. Hvad kan hun gøre?

#### Samhørighed (Fællesskab):

Vigga har sammen med tre fra klassen aftalt at tage i svømmehallen efter skole. Det plejer at være hyggeligt, når de bare er fire sammen. En femte fra klassen spørger, om han/hun må komme med – hvad kan Vigga svare?

#### Livsglæde:

Philip brokker sig altid højlydt over de opgaver og aktiviteter, han og hans klasse skal lave. Hvordan påvirker det klassen, og hvad kan de gøre for at ændre det?

#### Rettigheder:

Ershad og Albert oplever, at Rasmus i klassen bliver drillet, hver gang han forsøger at sige sin mening. Det er måske, fordi hans mening er lidt anderledes end de fleste andres. De ved godt, at man har ret til at sige sin mening, og de synes egentlig ikke, det er retfærdigt, at Rasmus ikke får lov til det. Men de har ikke blandet sig, fordi de selv er bange for at blive ramt af drillerierne. Ershad beslutter sig for at gøre noget – hvad kan han gøre?

#### Omsorg:

Da klassen havde gruppearbejde, blev en af grupperne uenige om noget. Det endte med, at Kasper blev rigtig ærgerlig over, at hans idéer helt blev skrottet, og han fik tårer i øjnene og gik fra gruppen. De andre i gruppen vil gerne hjælpe Kasper – hvad kan de gøre?

### Idéer til det videre arbejde

Der findes massevis af muligheder for at styrke børnenes indbyrdes relationer og dermed deres samhørighed og en resiliensfremmende kultur via lege og aktiviteter, som f.eks. i Stærke Sammen<sup>32</sup>, men også med udgangspunkt i fællesskabets didaktik i den faglige undervisning i alle skolens fag.

I det følgende kommer en række forslag til forskellige aktiviteter ud fra devisen 'kendskab giver venskab'. Det betyder, at når læreren og pædagogen lærer børnene bedre at kende, og når børnene lærer hinanden bedre at kende, så styrker det de indbyrdes relationer i klassen.

### Idéer til lege/aktiviteter med fokus på 'kendskab giver venskab':

- Tælleleg – samarbejdsøvelse, hvor alle på skift skal sige et tal – dvs. en siger 1, en anden siger 2 osv. indtil man er nået frem til det antal børn, der er. Men man ikke må sige et tal på samme tidspunkt – man skal altså samarbejde om at tælle til det antal børn, der er.
- Samarbejdsleg, hvor man uden at tale skal placere sig i rækkefølge efter f.eks. højde, alder, skostørrelse m.m.
- Samarbejdsleg, hvor man står i en rundkreds og kaster en bold rundt i en bestemt rækkefølge. Når bolden er nået hele vejen rundt, fortsætter man i samme rækkefølge, og flere bolde kan evt. komme i spil.
- Aktivitet med babybilleder – børn og voksne tager et billede med af sig selv, da de var babyer. Man skal nu gætte, hvem der er hvem ud fra barndomsbillederne.
- Aktiviteten 'Vores interesser'. Børnene tegner tre ting eller tager tre ting med hjemmefra, der viser det, de interesserer sig for. I de ældre klasser kan de tage tre billeder eller lave tre filmklip. De andre skal nu gætte, hvem der har hvilke interesser.
- Aktivitet, hvor man er sammen to og to og skal finde to ting, man har tilfælles, og to ting, man ikke har tilfælles. Fremlægges i klassen for de andre.
- Alle børn holder et lille oplæg i klassen om noget, der interesserer dem. Børnene kan dermed blive nysgerrige på de andre børn og deres interesser, og måske kan nye interessevenskaber opstå.
- Aktivitet, hvor man bliver opdelt i mindre grupper og skal arbejde sammen om f.eks. at løse nogle opgaver eller bygge noget – f.eks. bygge et tårn af krus.
- Legeordning, hvor store børn sætter lege i gang for de mindre børn i frikvartererne. På en skole på Sjælland kaldes de 'legevenner' i indskoling og 'gameboosters' på mellemtrinnet.

### Idéer til aktiviteter, der styrker klassens sammenhold/fællesskab



**Resiliens er at værdsætte det, den enkelte bidrager med til fællesskabet, og det, fællesskabet giver den enkelte.”**

(Jeppe Kiel Christensen)

<sup>32</sup>Hent materialet gratis på Red Barnet Skole og Dagtilbud.



## 1. Klassens mål

Snak med klassen om følgende:

- Hvad vil vi gerne være bedre til i klassen? På en skala fra 1 til 10, hvor gode er vi så til det?
- Hvad skal der til, før vi kan nå vores mål?

## 2. Tegn og fortæl

Lav en tegning af en situation, hvor du leger rigtig godt. Fortæl, hvad der gik godt.

## 3. Positive normer

Snak om, hvordan I gerne vil have det i klassen.

Her hos os ...

- hjælper vi hinanden
- taler vi pænt til hinanden
- siger vi undskyld
- finder vi løsninger, alle bliver glade for
- siger vi pyt til de små ting og prøver at ændre de store ting, vi ærgrer os over

## 4. Kropssprog

Snak med børnene om følelser og kropssprog. Brug f.eks. smileys fra telefonen/tabletten eller tavler fra Fri for Mobberi. Spil rollespil, gæt en følelse, og tegn ansigter, der udtrykker en følelse. Øv at udtrykke følelserne og at aflæse dem.

## 5. Hvad gør vi, når vi bliver uvenner?

Børnene har brug for at lære, hvad de skal gøre, når de bliver uvenner.

Lav en liste sammen med børnene over handlemuligheder. Der er mange muligheder alt efter situationen – nogle gange er det det rigtige at gå sin vej, andre gange skal man blive i det og snakke; nogle gange har man brug for hjælp af en voksen, og andre gange løser man det selv.

## 6. Konfliktoptrapning/-nedtrapning

Snak om, hvad man gør og siger for at nedtrappe en konflikt.

Lav en liste sammen med børnene. Se også det supplerende modul A om konflikter og samarbejde i Stærke Sammen.

## 7. At sige til og fra (denne kan tage tid at lære og kræver træning)

Fortæl, hvad du oplever:	Når du ...	... tager fat i gyngen.
Fortæl, hvad det gør ved dig:	Bliver jeg ...	... meget irriteret, for det er ikke i orden.
Giv en anvisning på, hvad du vil have:	Jeg vil have ...	... at du stopper og venter, til det bliver din tur.
Fortæl, hvad konsekvensen er:	Hvis ikke, så ...	... siger jeg det til en voksen.
Vær løsningsorienteret:	Vi kan ...	... skiftes - du får gyngen om 5 minutter.

## 8. Rollespil og leg

Den sociale træning understøttes med rollespil og leg.

- En dreng fra din klasse bliver ved med at kalde dig øgenavne. Hvad siger og gør du?
- I er blevet uvenner om, hvem der skal have gyngen. Hvad siger/gør du?
- Din sidekammerat forstyrrer dig. Hvad siger/gør du?

### Andre idéer:

- Etablere fællesskabende traditioner (trivselsdag, fælles fastelavn, sommerfest, emneuger på tværs).
- Årgange spiser sammen (f.eks. fælles morgenmad, fælles frokost, fælles kagebord, f.eks. tre gange om året), så venskaber kan styrkes på tværs af klasserne.
- Etablere et børne- og ungeråd 'Demokratisk stormøde' (hvor alle børn i store grupper, eksempelvis årgange eller afdelinger, kan bringe noget op vedrørende skolen, som de gerne vil have debatteret og/eller ændret).
- Fælles projekter som f.eks. grønt flag, skolehaver m.m.
- Fælles fødselsdage, hvor skolen stiller lokaler til rådighed på bestemte datoer (man samler nogle børn og holder deres fødselsdag – kan også hjælpe familier med færre ressourcer).
- 'Vi passer på vores skole' – samle-affalds-ordning på skolen for alle årgange (på tværs), så skolen altid fremstår fra sin bedste side.
- Forløb, der understøtter håndtering af nye oplevelser, der kan være svære. På Vejle Fri-skole, træner man f.eks. det at være hjemmefra, ved at børnene tilbydes et kort overnatningsforløb i SFO'en med færre børn. Foregår også på Thyregod Skole.
- Forløb om mod – både børns mod til at sige fra og markere egne grænser og børns mod til at blande sig, hvis man ser børn, der overskrider andres grænser.<sup>34</sup>
- Aktiviteter til at understøtte de gode overgange – f.eks. fra børnehave til skole, fra børnehaveklasse til 1. klasse osv. – f.eks. at man møder hinanden inden og bygger bro mellem overgangene. Et eksempel er fra Højen Skole, hvor de ældste børn i børnehaven er i SFO'en på et fast tidspunkt hver tirsdag. Et andet eksempel er fra Thurø Skole, som kun går til og med mellemtrinnet. Når børnene skal i udskoling, så skal de over på den anden side af sundet. Og det er der mange børn, der oplever som noget 'farligt' og utrygt. Derfor arrangerer skolen besøg for mellemtrinsbørnene på skolen på den anden side af sundet. Så når de skal starte der, har de allerede været der. Mødet/besøgene på skolen på den anden side af sundet udgør dermed en (relationel) bro for børnenes videre færd.<sup>35</sup>
- Download Stærke Sammen fra Red Barnet Skole og Dagtilbud.

<sup>35</sup>Vedr. overgange kan man evt. også bruge DCUM's dialogværktøj 'Williams overgang fra børnehave til skole (findes på dcum.dk).



# FORÆLDRE

---

## INTRODUKTION

Forældre spiller en meget stor rolle i børns udvikling, og samarbejdet mellem skolen og hjemmet har stor betydning for barnets trivsel i begge miljøer. Forældrene udgør en vigtig samarbejdspartner i at skabe et resiliensfremmende miljø i skolen, fordi forældrene er rollemønstre for børnene, og fordi forældrene faktisk udgør den største gruppe af voksne, der er til stede i skolen. På en skole med f.eks. 500 elever er der potentielt set 1.000 forældre, mens der til sammenligning kun er omkring 70 lærere, pædagoger og ledere. Man kan kalde forældrene for 'den usynlige klassekammerat', da de naturligvis ikke er til stede hele tiden i skolen, men deres holdning til andre børn og forældre, lærere og pædagoger, skolens ledelse, samt hvad der foregår på skolen, påvirker jo i høj grad børnene. Derfor er det vigtigt at tale med forældrene om deres rolle og give dem redskaber til at forstå, hvilke handlinger der styrker deres – og andres – børns muligheder for at udvise resiliensadfærd.

Det kan være betydningsfuldt at styrke forældrenes relationer til hinanden ved at danne forældre-netværk omkring klassen, da sammenhold omkring børn giver sammenhold mellem børn. Opfordr forældrene til at lære hinanden at kende og tage godt imod nye forældre.

I dette arbejde er det vigtigt at overveje, om forældrene oplever at have en reel mulighed for deltagelse. Forældre er forskellige. De har forskellige økonomiske og sociale ressourcer, og deres forudsætninger for at deltage i sociale aktiviteter med andre forældre kan være meget forskellige. Mens en gruppe forældre altid står klar til at bidrage, det være sig ved at arrangere sociale aktiviteter for andre forældre, bage kage til klassefesten eller tilbyde kørsel til en udflugt, vil der altid være en gruppe forældre, der ikke har det samme overskud. Muligvis forsøger forældre med mindre overskud at prioritere deres ressourcer i forhold til alt det, de andre arrangerer, eller når til et punkt, hvor de helt forsøger at undgå det, fordi de føler sig forkerte i de andre forældres selskab. Alle forældre vil det bedste for deres børn, og alle gør det så godt, de kan. Det er vigtigt, at I som skole sætter rammerne for de sociale aktiviteter og sætter overliggeren et sted, hvor alle forældre kan følge med.

Forældrenes indbyrdes relationer og kendskab til hinanden gør dialog og kontakt nemmere, også hvis der opstår konflikter mellem børnene. Sørg for, at alle forældre har mulighed for at deltage i forældrefællesskabet, og at forældrene på møder og ved arrangementer blander sig på kryds og tværs, så det ikke altid er de samme forældre, der hygger sig sammen. På forældremøder kan lærere og pædagoger bestemme, at forældrene sidder på deres barns plads, og ved arrangementer f.eks. lave bordkort og grupper, så forældrene blander sig med hinanden.

## RELATIONSKOMPETENCE I HVERDAGENS HANDLINGER I FORHOLD TIL SKOLE-HJEM-SAMARBEJDET:

- Mød alle forældre ligeværdigt og omsorgsetisk, og undgå fordomme over for forældrene.
- Lyt til forældrene og deres viden om barnet – forældrene kender barnet, når det er på hjemme-bane og færdes i andre kontekster uden for skolen.
- Hjælp kolleger til at skabe nye narrativer om forældre, eller inddrag forældrene på måder, så de selv kan skabe dem.
- God kommunikation mellem skole og hjem er vigtig, både i skrift og tale. På mange skoler er man allerede rigtig bevidst om dette og ved også, at hvis noget er svært omkring barnet, er det bedre at tale sammen end at skrive en mail om det. Flere skoler lægger også vægt på at kommunikere de gode historier til forældrene, hvilket også er rigtig vigtigt.
- Lad barnet mærke, at lærere, pædagoger og forældre samarbejder og vil det bedste for barnet.
- Opfordr forældrene til at være åbne om hjemlige forhold, der påvirker deres barn.
- Fortæl forældrene, at de altid kan henvende sig angående deres barn, og afhold behovssamtaler ud over de fastlagte skole-hjem-samtaler. Vær dog opmærksom på, at det faktisk kan skabe et omvendt problem – særligt blandt ressourcestærke familier, der nogle gange kan komme til at slide lærere op i deres bekymring over barnet, så der er færre ressourcer til de børn, der har mere brug for hjælpen.
- Søg hjælp hos ledelsen, kolleger eller skolens vejledere, hvis der er forældre, som du har det svært med. Få sparring og måske konkret hjælp til en evt. svær samtale.

## REDSKABER

Redskaber i denne del er:

- **Forældregruppens arbejde med de 10 resiliensfremmende grundingredienser.** Forældre laver guidelines for samarbejde gennem udvælgelse af 3-4 grundingredienser med tilknyttede handlinger i skole-hjem-samarbejdet.
- **Forældreguide, når børn har konflikter med hinanden.** Forældrene får et redskab til, hvad de kan gøre, når deres børn har konflikter med hinanden.
- **Dilemmakort til forældrene om forældres rolle i resiliensfremmende miljøer.** Alle forældre bliver mere fortrolige med de 10 grundingredienser i resiliens, og en dialog om børns (og forældres) hverdagsdilemmaer bliver startet.

# FORÆLDREGRUPPENS ARBEJDE MED DE 10 RESILIENSFREMMENDE GRUNDINGREDIENSER

## Formål:

At forældre laver guidelines for samarbejde gennem udvælgelse af 3-4 grundingredienser med tilknyttede handlinger i skole-hjem-samarbejdet.

Forældrene skal have viden om resiliensfremmende miljøer/handlinger (via de 10 resiliensfremmende værdier/grundingredienser) og sammen reflektere over, hvordan de kan være med til at bidrage til et godt børnefællesskab for hele klassen. Idéen er, at forældrene på denne måde får ejerskab til de grundingredienser, der udvælges i samarbejdet.

## Deltagere:

Forældre, pædagoger, lærere og evt. en repræsentant fra ledelsen eller skolebestyrelsen.

## Tidsforbrug:

75-90 min. (NB! Husk også at sætte tid af til forberedelse – se filmen, og print plakaten med de 10 resiliensfremmende grundingredienser ud, så den kan bruges i øvelsen).

## Hvor:

På et forældremøde, 0.-9. klasse.

## Materialer:

- Film: 'Professoren og børnene – om de 10 grundingredienser i resiliensfremmende miljøer'. Se evt. også de små enkeltfilm om hver af grundingredienserne. I finder filmene på Red Barnet Skole og Dagtilbud.
- Arbejdsark (se nedenfor) eller plakat med de 10 grundingredienser. Arbejdsarket (simpel versi-on) er indsat nedenfor. I kan også bruge plakaten, som I kan printe ud og hænge op. Den finder I også på Red Barnet Skole og Dagtilbud.

## Beskrivelse:

1. Der afsættes tid på et forældremøde til at arbejde med resiliensbegrebet, og baggrunden for mødet ridses op; nemlig at forældrene er medspillere i at skabe et inkluderende miljø, og at de har indflydelse på den kultur og de mønstre, der udspiller sig i klassen – inklusive alle børnenes mulighed for at trives og udvise resiliensadfærd.
2. Mødet indledes med at se filmen 'Professoren og børnene – om de 10 grundingredienser i resiliensfremmende miljøer'.
3. Forældrene inddelles i grupper med 3-4 personer, og hver gruppe får et sæt med de 10 grundingredienser i resiliens, som de sammen skal reflektere over. Det kan f.eks. gøres på følgende måde: Arbejdsarket med de 10 grundingredienser/plakaten lægges på bordet foran dem, og hver person vælger 1-3 temaer, som de synes er vigtige i forhold til hele klassen. Det begrundes, hvorfor man har valgt temaet – hvad er det i den grundingrediens, der har betydning for klassen?
4. Fælles opsamling, hvor en tovholder (f.eks. klassepædagogen, klasselæreren eller en forælder) hører alle gruppernes bud på, hvilke 3-4 temaer der er vigtigst for dem. Hvis børnene i klassen allerede har arbejdet med de 10 værdier ('Klassesamtale om klassens værdier' – se afsnittet 'Redskaber' i kapitlet 'Børnene på skolen'), kan I vise deres plakat og valg af grundingredienser frem.

Det besluttes i fællesskab, hvilke af de 10 resiliensfremmende værdier der skal have særlig betydning for forældrene i deres samarbejde med skolen og om børnene/klassen. Se evt. også de små enkeltfilm om hver af grundingredienserne. I finder filmene på Red Barnet Skole og Dagtilbud.

- Forældrene går tilbage i deres grupper, eller nye grupper dannes, hvis man ønsker at blande forældrene noget mere. Ud fra de værdier, der er besluttet, laves en række handleverdier for forældre, sådan at værdierne ikke bare forbliver ord, men bliver værdier omsat i handling. En handleværdi ud fra værdien 'retfærdighed' kunne være: *Alle skal behandles lige godt – det betyder for os, at arrangementer og fødselsdage altid er for enten alle børn eller alle pigerne/alle drengene.* Et andet eksempel kunne være ud fra værdien 'samhørighed': *Vi prioriterer fællesskabet blandt børnene højt, og det betyder, at vi hjælper hinanden, f.eks. med at tage et barn med til et skolearrangement, hvis dets egne forældre ikke kan deltage.*
- Fælles opsamling, hvor alle forslag til handleverdier læses op, og det vedtages efterfølgende, hvilke der skal med i det endelige dokument.
- Efter mødet sendes dokumentet ud til alle forældre og lægges i klassens digitale arkiv.

### Idé:

Arbejdsark – de 10 grundingredienser i resiliensfremmende miljøer:

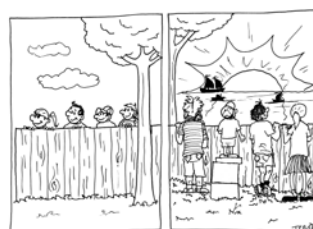
#### TILLID



#### MENING



#### RETFÆRDIGHED



#### SELVSTÆNDIGHED



#### MEDBESTEMMELSE



#### SAMARBEJDE



#### SAMHØRIGHED (FÆLLESSKAB)



#### LIVSGLÆDE



#### RETTIGHEDER



#### OMSORG





# FORÆLDREGUIDE, NÅR BØRN HAR KONFLIKTER MED HINANDEN

## Formål:

At forældrene får et redskab til, hvad de kan gøre, når deres børn har konflikter med hinanden. Hen-sigten er, at forældrene bliver gode til at håndtere deres børns konflikter på en konstruktiv måde til gavn for fællesskabet i hele klassen.

## Deltagere:

Forældre, pædagoger og lærere.

## Tidsforbrug:

20-30 min.

## Beskrivelse:

- Teksten kan udskrives og udleveres som folder på forældremødet. Dog kan I også vælge at lave jeres egen pamflet og benytte nedenstående som udgangspunkt eller inspiration.
- Forslag til indledning på forældremødet: Børns konflikter med hinanden er helt naturlige, da vi alle er forskellige og vil noget forskelligt. Derfor vil der opstå uenigheder og konflikter indimellem, og nogle gange vil der være brug for, at I som forældre hjælper jeres barn med at håndtere konflikterne. Hvis konflikter håndteres hensigtsmæssigt, er der meget god læring at hente i dem. Jeres indbyrdes relationer og kendskab til hinanden vil gøre kontakten og dialogen nemmere, hvis der opstår konflikter mellem børnene. Det er dog ofte en god idé at have nogle retnings-linjer for, hvordan I kan kommunikere med hinanden, hvis jeres barn har haft en konflikt med et andet barn.
- Efter en konflikt: Lyt til dit eget barns oplevelse af, hvad der er sket. Spørg ind, og vær nysgerrig på, hvilke følelser oplevelsen har medført. Vær også nysgerrig på, hvordan det andet barn/de andre børn kan have oplevet situationen. Spørg f.eks.: "Gad vide, hvorfor han sagde det/gjorde det?" eller "Hvordan har hun det mon nu?" Det hjælper barnet med at forstå, hvordan andre mennesker tænker og føler.
- Efter snakken med dit eget barn vil der nogle gange være brug for at tage kontakt til det andet barns forældre. Her er det vigtigt at tage kontakt telefonisk eller ved at mødes. Mails og SMS'er egner sig ikke til sådanne samtaler, da der nemt kan opstå misforståelser på skrift.
- Hvis dit barn ønsker fortrolighed og at du ikke siger noget, må du respektere det ønske. Hvis der er tale om en voldsom konflikt, kan man efter en dag eller nogle timer vende tilbage til barnet og fortælle, hvorfor det er vigtigt at reagere. Men alt for mange børn føler sig udleveret af deres forældre eller lærere, fordi de er gået videre med information, som de har fortalt dem i fortrolighed. Børnene må ikke miste tilliden til og fortroligheden med deres nære voksne. I nogle tilfælde er det bedre som forælder at have is i maven og lade være med at reagere, fordi det også hjælper dit barn, at du bare lytter.
- Når du taler med den anden forælder, er det en god idé at blive på egen banehalvdel, dvs. at du først og fremmest fortæller, hvordan dit eget barn har oplevet episoden. Undgå vurderinger af det andet barn ("han er godt nok tarvelig, når han gør sådan"), men hold dig til, hvordan oplevelsen har påvirket dit barn ("hun blev ked af det, da hun fik at vide, at hun var grim"). Det har stor betydning for børnene, at de voksne kan kommunikere sammen på en god og konstruktiv måde uden at blive en del af konflikten.
- Se fremad i stedet for at fokusere på, hvad der er sket. Der er mange eksempler på, at forældre fortaber sig i 'skyldskampe' om, hvem der gjorde hvad og hvorfor. Det er mere frugtbart at se fremad mod fælles mål. Det mindsker også konfliktniveauet forældrene imellem.
- Lav en aftale om, hvordan I kan hjælpe jeres børn videre efter konflikten.

# Supplerende øvelse: KONFLIKTENS BÅL

(illustrationen kan hentes fra Red Barnet Skole og Dagtilbud.

Indled med at fortælle, at en konflikt blandt børn, kan være som et bål med fem stadier:

## 1. stadie

Først skal man have materialer til at lave et bål – f.eks. træ og andre materialer, der kan brænde – det er endnu ikke et bål. Materialer i forhold til en konflikt kan f.eks. være jalousi, mistillid, mistro eller en dømmende holdning over for andre.

- Spørg forældrene, om de kan komme på andre eksempler på 'materialer til bålet' fra deres egne børns konflikter med andre børn?

## 2. stadie

Bålet bliver tændt. Tændstikken kan f.eks. være en sårende bemærkning eller beskyldning fra nogen.

- Spørg forældrene, om de kan finde på andre eksempler på 'tændstikker' fra deres egne børns konflikter med andre børn?

## 3. stadie

Bålet brænder. På dette tidspunkt kan bålet let komme ud af kontrol; det kan blive stort og ekstremt varmt og være med til at antænde andre bål. På samme måde kan der være omstændigheder ved en konflikt, der kan få konflikten til at blusse op eller komme ud af kontrol.

- Spørg forældrene, om de kan komme i tanke om omstændigheder, der kan få deres børns konflikter med andre børn, til at blusse op eller komme ud af kontrol?

## 4. stadie

Bålet er ved at brænde ud. Hvis ikke man putter mere brænde på bålet, så brænder det ud. Selvom bålet virker ufarligt, er der dog stadig risiko for, at bålet kan blusse op, hvis nogen f.eks. lægger mere brænde på eller hælder benzin på. På samme måde kan en konflikt se ud til at blive løst, men der skal måske bare en lille ting til, for at konflikten igen blusser op.

- Spørg forældrene om de kan give eksempler på, 'brænde eller benzin', der kan få deres børns konflikter med andre børn, til at blusse op på ny?

## 5. stadie

Bålet er slukket. Nu er det ufarligt, og der er en chance for, at nye ting kan gro og vokse der, hvor der engang var et bål. På samme måde er der efter en konflikt mulighed for, at man kan finde frem til nye løsninger eller andre handlinger, så man undgår, at der igen opstår et bål.

- Spørg forældrene, om de kan give eksempler på, hvad der kan 'gro og vokse' efter deres barn har haft en konflikt med et andet barn?

Snak med forældrene, om hvad der kan være med til at nedtrappe en konflikt blandt deres børn. Hvad kunne være vand på bålet?



# DILEMMAKORT TIL FORÆLDRENE OM DERES ROLLE I RESILIENSFREMMENDE MILJØER

## Formål:

At alle forældre bliver mere fortrolige med de 10 grundingsredienser i resiliens, og hvad disse værdier betyder i børnenes/forældrenes hverdag.

Dilemmakortene kan sætte dialog og debat i gang om genkendelige oplevelser fra barnets hverdag i skolen. Ved at have en stram struktur i anvendelsen af dilemmakortene kommer alle forældre til orde, og dermed deles mange perspektiver, som forældrene kan blive inspirerede af.

## Deltagere:

Forældre, pædagoger og lærere.

## Tidsforbrug:

20-30 min.

## Materialer og forberedelse:

Print dilemmakortene ud, og kopiér dem i det antal, der skal bruges.

## Beskrivelse:

1. Forældregruppen inddeles i grupper på 3-4 personer, og hver gruppe får et antal dilemmaer. Et fingerpeg: Et dilemma tager ca. 5-10 minutter at afvikle.
2. Forældrene får fælles denne instruktion:  
Én person skal begynde med at læse dilemmaet op og derefter sige sin umiddelbare mening om dilemmaet, og hvad man vil gøre.  
Derefter gives kortet videre til den næste, som ligeledes siger sin umiddelbare mening.  
Først når alle har haft ordet på skift, gives ordet frit til en fælles snak om dilemmaet.  
Nogle gange fører dilemmakortene til, at forældrene kommer til at tale sammen om andre emner, der har med skolen at gøre, og det er som regel helt fint.  
Husk, at det ikke nødvendigvis handler om at blive enige – eller finde ét rigtigt svar – men om sammen at blive klogere på hinanden og reflektere over forskellige handlemuligheder.
3. Fælles opsamling om, hvad forældregruppen har fået ud af at bruge dilemmakortene.

## Variation:

- Personalet skriver dilemmaer, så de kommer tæt på skolens dagligdag, men sørger for, det ikke udstiller nogen – hverken børn eller forældre – eller puster til kendte konflikter i forældregruppen.
- Arbejdet med dilemmakortene kan foregå stående i en rundkreds.

## Idéer til dilemmakort:

Der er her taget udgangspunkt i de 10 resiliensfremmende grundingsredienser (*tillid, mening, retfærdighed, selvstændighed, medbestemmelse, samarbejde, samhørighed, livsglæde, rettigheder og omsorg*).

### Samhørighed (fællesskab):

- Dit barn føler sig nogle gange udenfor i klassen, og det sker sjældent, at der er nogle af klas-sekammeraterne, der tager kontakt efter skole. Du vil gerne hjælpe dit barn, men er i tvivl om hvordan. Hvad gør du?
- Din søn er kommet hjem fra skole og har fortalt, at Ea fra klassen har stjålet hans tyggegummi fra skoletasken. Du tænker, at der er et godt fællesskab blandt forældrene i klassen, så du ringer

til Eas forældre for at få en dialog. Eas forældre bliver meget vrede over beskyldningen og siger, at det kunne Ea aldrig finde på. Hvad gør du?

- Til en fællesspisning med børn og forældre falder du i en god snak med to andre forældre, som du ofte hygger dig med. Ind ad døren træder forældrene til den nye dreng/pige i klassen, og da de har hilst på flere, står de alene og kigger rundt i lokalet. Hvad gør du?

#### Omsorg:

- På et forældremøde fortæller Olivers forældre, at de overvejer at lade Oliver skifte skole, da han næsten ikke er sammen med nogen fra klassen, hverken i skoletiden eller efter skole. Du synes, at det er ærgerligt, og vil gerne gøre noget. Hvad gør du?
- Dit barn er ofte sammen med de samme to børn fra klassen, og du kunne godt tænke dig, at dit barn nogle gange legede/var sammen med flere fra klassen på kryds og tværs. Du foreslår det til dit barn, men det protesterer. Hvad gør du?
- En dreng fra klassen, Peter, har det rigtig svært for tiden, da hans forældre er i gang med en slem skilsmisse. Han reagerer ofte udadtil, og i dag slog han dit barn i frikvarteret. Hvad gør du?

#### Tillid:

- Dit barn fortæller, at der ofte er drillerier og hårde konflikter mellem nogle af børnene i klassen, men at de voksne i skolen ikke gør noget ved det. Det gør dit barn utryg og ked af det. Hvad gør du?
- I forældregruppen har I for noget tid siden lavet en forventningsafstemning sammen med personalet, og her har I besluttet, at I taler ordentligt om de andre børn, deres forældre samt personalet på skolen. I supermarkedet møder du en forælder fra klassen, som begynder at tale negativt om et af de andre børn og dets forældre. Hvad gør du?
- Dit barn fortæller dig om en dreng fra klassen, som mobbes systematisk på nettet. Ingen af de voksne ved det, og det har stået på længe. Bryder du fortroligheden og kontakter skolens personale?

#### Mening:

- Lærerne i dit barns klasse har introduceret en ny regel, hvor mobiltelefoner om morgenen skal afleveres i en kasse og først bliver udleveret til børnene om eftermiddagen, når de har fri. Du har svært ved at se meningen med reglen og vil gerne kunne komme i kontakt med dit barn i løbet af dagen. Hvad gør du?

#### Retfærdighed:

- I klassen har I en aftale om, at når der holdes arrangementer og fødselsdage, så skal enten hele klassen eller alle drengene/pigerne inviteres med. En dag finder du ud af, at dit barn er inviteret til en fødselsdagsbrunch, hvor kun halvdelen af pigerne er inviteret. Hvad gør du?
- Dit barn fortæller ofte, at andre børn i klassen har slik med i madpakken. Det er din fornemmel-se, at der er meget stor forskel på madpakkerne, og dit barn synes, det er meget uretfærdigt, at hun ikke må få det samme med som de andre. Du har lyst til at lave fælles regler for mad-pakkerne, men når du spørger de andre forældre til det, synes de ikke, at man skal blande sig i andres madvaner. Hvad gør du? (Skift evt. 'madpakke' ud med 'mobiltelefon', 'festregler' mv.).

### Samarbejde:

- Dit barn kommer hjem fra skole og fortæller, at en dreng fra klassen er blevet drillet slemt af to andre børn fra klassen, som tog drengens nye idrætssko og smed dem op på skolens tag. Drengen har sagt til dit barn, at han ikke tør fortælle det til sine forældre, for han er bange for, at de bliver sure. Du overvejer, hvorvidt du skal sige det til klasselæreren, eller om du hellere skal tale med de tre forældrepar, hvis børn er involveret. Hvad gør du?

### Medbestemmelse:

- Dit barn er kommet i legegruppe med nogle børn fra klassen, som hun siger, at hun slet ikke har noget tilfælles med. Hun vil over i en anden legegruppe, eller også vil hun slet ikke være i en legegruppe. Hun siger, at hun ikke vil tvinges til at være venner med nogle, hun ikke selv har valgt. Hvad gør du?
- Dit barn bruger meget tid på de sociale medier, bl.a. ved at følge forskellige YouTubere. Dit barn spørger, om det må få Snapchat, men da dit barn ikke er fyldt 13 år, skal det indtaste et forkert fødselsår for at få adgang til sendefunktionerne i Snapchat. Hvad gør du?

### Rettigheder:

- Dit barn fortæller, at de i klassen ofte tager billeder af hinanden, og nogle af kammeraterne kan godt finde på at lægge billederne ud på de sociale medier uden at spørge om lov. Hvad gør du?
- Dit barn bliver udsat for drillerier og mobning på de sociale medier. Du vil gerne hjælpe dit barn. Hvad gør du?

### Selvstændighed:

- Dit barn fortæller, at han er blevet uvenner med en anden dreng henne i klassen. Dit barn tror, at den anden dreng har snuppet et Pokémon-kort fra dit barns taske, og den anden dreng nægter og er nu blevet sur over at blive beskyldt for noget, han siger, at han ikke har gjort. Du tilbyder at ringe til den anden drengs forældre, men dit barn siger, at han gerne vil løse konflikten selv. Hvad gør du?

### Livsglæde:

- Dit barn fortæller, at hun ikke glæder sig til at skulle på koloni, for hun kommer til at savne jer derhjemme, og hun er bekymret for, at hun ikke kommer til at hygge sig med de andre, når hun tænker på jer. Du vil gerne have, at dit barn tager med på kolonien. Hvad gør du?

## **Idéer til det videre arbejde**

- Lav en invitation fra klassens forældre til de nye forældre – 'Velkommen i fællesskabet'. Bestyrelsen kan også lave et brev til nye forældre med et ledelsesperspektiv og forældreperspektiv med gode råd til aktiviteter samt forventninger fra skolen til forældrene (f.eks. at møde til tiden, tale ordentligt om de andre børn og deres forældre osv.). Dette kan også linkes til de 10 resiliensfremmende værdier – omsat til skolens sprog.
- Mentorordning: Nye forældre bliver mødt af en 'erfaren', som guider til det gode fællesskab i klassen.
- Afsæt to timer om måneden – ud over de årlige skole-hjem-samtaler – hvor forældre frit kan booke sig ind til en samtale, hvis de har behov for det, og hvor ordet er mere frit.
- Giv forældrene viden om det nye mobbesyn – evt. gennem filmen 'Hvorfor opstår mobning?'.
- Vis og spis (børnene viser noget, de har lavet for forældrene – alle spiser sammen bagefter).

- Forældrene kan opfordres til at afholde fællesfødselsdage. F.eks. kan der afholdes fire fælles fødselsdage om året, hvor børnene deles op i fire grupper, afhængigt af hvornår på året de er født, og forældrene går sammen om at afholde en fælles fødselsdag. Skolen lægger lokaler til.
- Dan forældrenetværk med temaer, f.eks. et netværk for forældre til børn med læsevan-skeligheder/ dysleksi. (På Nota, en institution under Kulturministeriet, er der idéer til oprettelse af forældrenetværk for sådanne børn<sup>36</sup>).
- Opret et forældrerum, så forældrene har et sted, hvor de kan mødes og skabe et fællesskab. De kan diskutere forskellige emner og blive enige om forskellige måder, hvorpå forældrene kan indgå i skolens aktiviteter.
- Arbejd med aktiviteter, der er tilgængelige for et bredere udsnit af forældre eller helt specifikt fokuserer på en særlig gruppe. F.eks.:
  - 'Fædreture' på mange klassetrin og fædremiddage, hvor fædrene sammen laver mad.
  - 'Mødes over medbragt mad'. På den måde får alle lov til at bidrage til fællesskabet, og dem, der ikke har tid/lyst/kompetencer til at lave mad, medbringer pizza eller andet købemad. Man kan evt. holde en 'kulturens dag' med egnsretter, f.eks. brunsviger fra Fyn, shawarma fra Syrien osv.
  - 'Skoleovertagelsesdag', hvor forældrene kommer og hjælper med i undervisningen. Her byder forældrene ind med forskellige kompetencer og ressourcer. Man kan f.eks. have en forælder, der kommer med sin hestevogn, en falckredder, der laver førstehjælpskursus, en apoteker, der laver kemikursus, og en lastbilchauffør, der kører ture med børnene og viser, hvordan lastbilen virker.
  - 'Marketplace' – idéer til små projekter, som forældre, lærere, pædagoger og børn gerne vil lave, og som de kan bidrage til på forskellig vis. Det er vigtigt at give forældrene mulighed for at deltage på skolerne.
  - 'Forældrebuddies' (skal dog altid være et supplement, så ansvaret ikke placeres udelukkende på forældrene). Har man børn med forældre, der taler og læser dansk dårligt, kan man sætte dem sammen med en anden forælder, der både taler og læser dansk. Aftalen går på, at denne forælder påtager sig ansvaret for at give informationer videre. Dette gør sig også gældende i forhold til IT-kundskaber.
  - 'Kulturaften', hvor kulturbegrebet er bredt forstået: mad, dans, sang, litteratur, kunst, idræt og lignende. Her kan forældrene bidrage ved at vise den kultur, de kommer fra.
- Vis denne video til forældre i de yngste klasser om det vigtige forældresamarbejde: [www.foraeldrefiduser.dk/video](http://www.foraeldrefiduser.dk/video). Diskutér efterfølgende indholdet med forældrene.
- Benyt skole-hjem-modulet fra Stærke Sammen<sup>7</sup> som inspiration.

<sup>36</sup> [www.nota.dk/viden/for%3%A6ldrenetv%3%A6rk-har-styrket-skolehjem-samarbejdet](http://www.nota.dk/viden/for%3%A6ldrenetv%3%A6rk-har-styrket-skolehjem-samarbejdet)



# LOKALSAMFUND

---

## INTRODUKTION

Det miljø, som omgiver os, tilbyder både ressourcer og udfordringer. Hvis vi arbejder systematisk med at identificere de gode og mindre gode områder i vores lokalsamfund, får vi mulighed for evt. at gøre noget ved de mindre gode steder sammen. På den måde kan skolen blive klogere på sit nærmiljø og omvendt. En skoles lokalsamfund ser forskelligt ud, og det afhænger naturligvis af, hvor skolen er placeret. Nogle steder kommer børnene på skolen fra et større geografisk opland, så der kan være tale om, at børnene har tilhørsforhold til flere forskellige lokalsamfund.

En vigtig pointe i forhold til lokalsamfundet er at vænne alle parter til at tænke "hvad kan jeg byde ind med" og ikke kun "hvad kan de andre tilbyde os/hvad kan jeg få ud af mit lokalområde". Det er netop, hvad et forpligtende samarbejde og fællesskab handler om. Lokalsamfundet har også et stort potentiale for at skabe nye fællesskaber på tværs af aldersgrupper og andet. Så hvis man engagerer sig aktivt i sit lokalsamfund og kender til de tilbud og ressourcer, der findes i ens nær-område, vil man også opleve at få mere retur. Denne del af Alle Sammen giver nogle bud på, hvordan man kan kortlægge ressourcer og engagere sig i sit lokalsamfund. Det kan være lige fra små tiltag (som at bage kage til de ældre på plejehjemmet) til at prøve at påvirke de lokalpolitiske processer, sådan at ens lokalområde bliver et rarere sted for børn at være.

## REDSKABER

Redskaber i denne del er:

- **Mit nærområde.** *Giv børnene mulighed for at skabe overblik over deres lokalsamfunds ressourcer og identificere eventuelle udfordringer, samt hvad de selv kan gøre for at gøre lokalsamfundet mere børne-venligt.*
- **Planlægning af projekt med arbejdsark.** *Støt børnene i at planlægge konkrete projekter i lokalområdet med udgangspunkt i øvelsen 'Mit nærområde', og styrk deres oplevelse af ejerskab og overblik over indsatser.*
- **Fritidsaktiviteter i mit område.** *Styrk børnenes kendskab til lokalområdet og til, hvilke typer af fritidstilbud der er i lokalområdet.*



# MIT NÆROMRÅDE

## Formål:

At give børnene mulighed for at skabe overblik over deres lokalsamfunds ressourcer og identificere eventuelle udfordringer, samt hvad de selv kan gøre for at gøre lokalsamfundet mere børnevenligt. Ved at lave kort, som børnene kan hænge op i klassen, får de et bedre overblik over lokalsamfundets muligheder og udfordringer, som der evt. kan gøres noget ved.

NB! Øvelsen kan også bruges til at kortlægge f.eks. skolen, klasseværelset eller skolegården ved at lade børnene tegne et kort over et af disse områder og så diskutere rare og ikke så rare steder på disse områder med børnene.

## Deltagere:

Børn (mest egnet til mellemtrinnet og udskoling) og lærere/pædagoger – evt. repræsentanter fra lokalsamfundet.

## Tidsforbrug:

60-90 min (NB! Dette inkluderer ikke forberedelse – der er en del forberedelse til denne øvelse (se nedenfor under materialer).



**Materialer:**

Denne øvelse kræver en del forberedelse og materialer. Inden du starter øvelsen, skal du forberede følgende:

1. Kort over børnenes lokalområde (f.eks. print fra Google Maps eller et kort over skolens om-råde). NB! Hvis der er børn fra flere områder, kan I printe kort fra de forskellige områder (evt. nogle udvalgte – derfra hvor der er flest børn). Man kan på forhånd have printet kort i 3-4 forskellige niveauer, fra skoleniveau til et større område (f.eks. fra Google Maps). Børnene kan derefter vælge, hvilket kortudsnit de vil arbejde med. Eller I kan f.eks. i matematik tegne kortene selv med de rette mål og vinkler og så derefter bruge dem til 'Mit nærområde' (de kan også produceres i samfundsfag eller håndarbejde).
2. Evt. planche med de 10 resiliensfremmende grundingrediense.
3. Evt. et smartboard, hvor det eller de valgte udsnit fra Google Maps kan vises for hele klassen.
4. Symbolertil 'Mit nærområde' kanhentes på Red Barnet Skole og Dagtilbud.
5. Store plancher.
6. Lim, sakse og tusser.



I øvelsen tager børnene i grupper afsæt i et kort over deres lokalområde og bruger symboler med henblik på:

- At fremhæve steder, der er sjove, trygge og rare for børn, samt at reflektere over områdets eksisterende tilbud, f.eks. skole- eller fritidstilbud
- At fremhæve steder, der er kedelige, utrygge eller farlige for børn
- At skabe overblik over, hvilke fokusområder i lokalsamfundet de gerne vil være med til at for-bedre eller udvikle
- Evt. at koble kortlægningen til diskussion af de 10 resiliensfremmende grundingredienser ved at lave en fotosafari, hvor børnene i grupperne skal tage billeder af ting/steder, de forbinder med den grundingrediens, de er blevet tildelt.

Øvelsen går også ud på at kortlægge, hvilke handlemuligheder man som barn har, og hvor man kan få hjælp, hvis man oplever, at ens rettigheder krænkes, eller man ikke trives.



#### Idé:

De 10 resiliens temaer/grundingsredienser (*tillid, mening, retfærdighed, selvstændighed, medbestemmelse, samarbejde, samhørighed, livsglæde, rettigheder, omsorg*) samt de to kontekster ud over skolen (*forældre/hjem og lokalsamfund*<sup>38</sup>) kan evt. også inddrages i diskussionen. I forhold til livsglæde kan man f.eks. snakke om, hvilke steder der gør én glad/hvor man synes, der er smukt. Ved retfærdighed kan man f.eks. diskutere, om det er retfærdigt, at det altid er de samme, der har fodboldbanen, osv. Derfor kan det være en god idé at lave øvelsen 'Mit nærområde' i forlængelse af 'Klassesamtale om klassens værdier' og som supplerende miniaktivitet til 'Det gode frikvarter' med fokus på skolens områder.

<sup>38</sup>Se også afsnittet Resiliens og de 10 grundingsredienser i et resiliensfremmende miljø i kapitlet 'Begreber i Alle Sammen'.

## Beskrivelse:

1. Børnene inddeles i grupper med ca. fem i hver.  
Sørg for, at hver gruppe har:
  - Et printet kort over lokalsamfundet
  - Symboler til 'Mit nærområde'
  - En planche, lim, saks og tusser.
2. Børnene limer deres områdekort op på planchen.
3. Derefter drøfter børnene i grupperne følgende:
  - Hvor er det sjovt/trygt/rart at være? Hvilke tilbud er der til børn i lokalområdet?
  - Hvor kan man søge støtte eller hjælp, hvis man har brug for det?
  - Hvor er det kedeligt/utrygt/farligt at være?
  - Hvad vil de gerne være med til at forbedre eller udvikle?
4. Børnene limer de symboler på planchen, som de synes giver mening, og skriver deres kommentarer under symbolerne og tegner pile ind til de konkrete steder på kortet.
5. Børnene fremlægger efterfølgende deres plancher for hinanden med fokus på de fire ovenstående punkter. Børnene kan evt. fremlægge ud fra et stort kort, der vises på smartboard.
6. Hvis I har tid og synes, det er relevant, kan I evt. inddrage (nogle af) de 10 resiliens temaer/grundingsredienser i diskussionen.
7. På baggrund af børnenes kortlægning af lokalsamfundet kan I sammen tale om, hvad børnene ønsker at ændre, og hvad I kan gøre for at opnå dette. I kan arbejde videre med nogle af de resultater, I får fra 'Mit nærområde', ved at lave små projekter ud af det – f.eks. skabe debat i kommunen om en farlig vej, at der mangler en legeplads el.lign. Til dette kan I bruge redskabet til 'Planlægning af projekt med arbejdsark' (se nedenfor).

# PLANLÆGNING AF PROJEKT MED ARBEJDSARK

## Formål:

At støtte børnene i at planlægge projekter. Det er en god opfølgning på 'Mit nærområde'. Børnene planlægger et konkret projekt i lokalområdet, der ligeledes styrker børnenes oplevelse af ejerskab og overblik over indsatser.

## Deltagere:

Børn på mellemtrinnet og i udskoling.

## Materiale:

Kopier af arbejdsarket 'Planlægning af projekter'.

## Beskrivelse:

- Inddel børnene i passende grupper, og sørg for, at hver gruppe har arbejdsarket 'Planlægning af projekter'.
  - Gennemgå arket sammen med børnene i plenum, og tag gerne imod brainstorm-idéer.
  - Mens børnene arbejder i grupper, cirkulerer fagpersonen rundt og støtter dem i processen.
1. Gruppen starter med at skrive deres mål og målgruppe på målflaget for enden af vejen.
  2. Derefter drøfter børnene i gruppen og noterer på arbejdsarket:
    - a. Hvad der skal gøres (f.eks. samarbejde med Red Barnets lokalforening om at skabe debat i lokalsamfundet om flere legepladser i lokalområdet)
    - b. Hvordan det skal gøres (f.eks. plakater, teater, musik, avis, samarbejde med lokalforening, forandringsskabende arbejde osv.), og hvad de har brug for til projektet (f.eks. materialer)
    - c. Hvem der er ansvarlig for hvad.
  3. Til sidst aftaler børnene en deadline for deres projekt og skriver datoen i flaget. Fagpersonen kan evt. spørge børnene, hvilke udfordringer de kan møde på vejen til målet. Hvis der er mulige udfordringer, så få børnene til at overveje, hvordan de kan håndtere eventuelle udfordringer. Eventuelle udfordringer og håndtering af disse kan skrives ved siden af vejen på arbejdsarket.

# ARBEJDSARK

## 'PLANLÆGNING AF PROJEKTER'

**MÅL:** (Hvad vil vi ændre?)  
\_\_\_\_\_

**MÅLGRUPPE:** (Hvem er projektet for?)  
\_\_\_\_\_

**HVORNÅR**  
DATO:  
\_\_\_\_\_

**HVAD** SKAL GØRES?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**HVORDAN** SKAL DET GØRES?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**HVEM** SKAL GØRE DET?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

# FRITIDS AKTIVITETER I MIT OMRÅDE

## Formål:

At øge børnenes kendskab til lokalområdet og til, hvilke typer af fritidstilbud der er i lokalområdet.

## Deltagere:

Børn (mest egnet til mellemtrinnet og udskoling) og lærere/pædagoger – evt. repræsentanter fra lokalsamfundet.

## Tidsforbrug:

60-80 min. (NB! Dette inkluderer ikke forberedelse – der er en del forberedelse til denne øvelse (se nedenfor under materialer)).

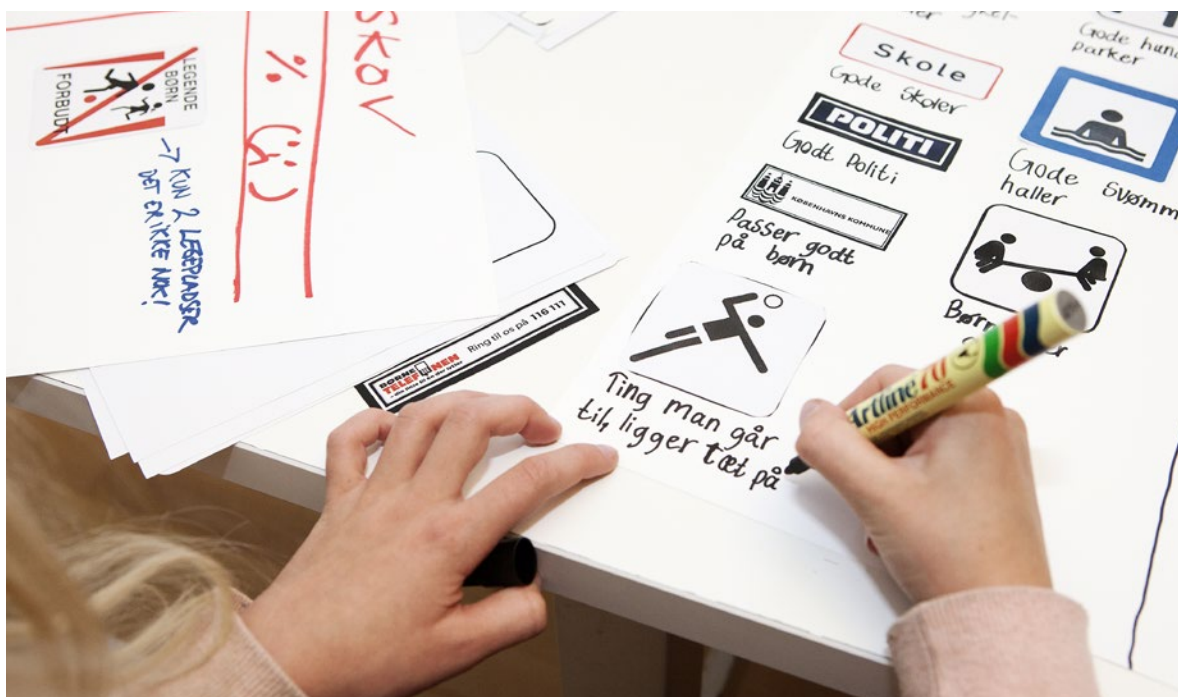
## Hvor:

På skolen eller hos en lokalforening.

## Materiale:

Denne øvelse kræver en del forberedelse og materialer. Inden du starter øvelsen, skal du forberede følgende:

1. En bold eller andre sjove/fjollede kasteredskaber (f.eks. en slasket plastikhøne eller et tøjdyr).
2. Kort over børnenes lokalområde (f.eks. print fra Google Maps eller kopier fra et kort). NB! Hvis der er børn fra flere områder, kan I printe kort fra de forskellige områder (evt. nogle udvalgte – derfra hvor der er flest børn). Man kan på forhånd have printet kort i 3-4 forskellige niveauer, fra skoleniveau til et større område. Børnene kan derefter vælge, hvilket kortudsnit de vil arbejde med. Eller I kan f.eks. i matematik tegne kortene selv med de rette mål og vinkler og så derefter bruge dem (eller de kan produceres i samfundsfag eller håndarbejde).
3. Evt. et smartboard, hvor det eller de valgte udsnit fra Google Maps kan vises for hele klassen.
4. Symboltil'Mitnærområde' kanhentes på Red Barnet Skole og Dagtilbud.
5. Store plancher.
6. Lim, sakse og tusser.



**Baggrundsviden:**

Deltagelse i fritidsaktiviteter er et centralt element i børns trivsel, udvikling og sociale liv. Fritidsaktiviteter omfatter ikke kun sport, men dækker også over ting som at lave musik, smykkedesign, kunst og meget mere. Derfor er både fritidsklub, sport, kreative tilbud samt rådgivningstilbud inkluderet i dette redskab. Derudover er tanken, at børnene bliver opmærksomme på hverdagsorienterede aspekter af lokalområdet, såsom hvor man kan købe ind, og hvor man kan tage bussen fra. Lokalområdet er en relativ størrelse og kan være både stort og småt; derfor er det selvfølgelig op til den enkelte fagperson, hvor meget af lokalområdet der skal udforskes.

Snak gerne med børnene om muligheden for at tage med hinanden til fritidsaktivitet. Nogle gange kan det være svært at være den nye eller ikke at ankomme sammen med nogen, men det kan blive nemmere, hvis man følges med en klassekammerat.

**Hvor kan man henvende sig:**Kommunalt:

Mange kommuner har links til lokale tilbud i forhold til at hjælpe børn og unge med at komme i gang med fritidsaktiviteter.



### Beskrivelse:

Denne øvelse består af to aktiviteter: 'Min kammerat går til ...' (ca. 10 min.) og 'Kortlægning af fritidsaktiviteter i vores område' (ca. 50-70 min.). I aktiviteten 'Min kammerat går til...' leger man en lille leg med børnene, som giver dem et overblik over, hvor mange forskellige fritidsaktiviteter der findes. I aktiviteten 'Kortlægning af fritidsaktiviteter i vores område' laver børnene en systematisk kortlægning af fritidsaktiviteter og tilbud i deres lokalområde. Fremgangsmåden til denne aktivitet bygger på redskabet 'Mit nærområde', men man behøver ikke at have lavet 'Mit nærområde' for at kunne lave 'Kortlægning af fritidsaktiviteter i vores lokalområde'.

### Min kammerat går til ... (ca. 10 min.)

1. Bed børnene om at danne en rundkreds.
2. Bed en af børnene om at starte en sætning, som lyder: "Min kammerat har travlt i sin fritid. Vedkommende går nemlig til ...". Barnet indsætter selv en fritidsaktivitet (f.eks. parkour). Man må godt finde på noget, hvis alle ens kammerater går til fodbold, og det er blevet nævnt.
3. Næste barn gentager sætningen og aktiviteten plus en ny aktivitet.
4. Sådan fortsætter I rundt i cirklen. Til sidst er listen af aktiviteter lang og svær at huske. Hvis en ikke kan huske rækkefølgen, opfordres de andre børn til at hjælpe.
5. Afslut øvelsen med at tale med børnene om, hvad de bruger deres fritid på at lave.

### Kortlægning af fritidsaktiviteter i vores område (ca. 50-70 min.)

I denne aktivitet tager børnene i grupper afsæt i et kort over deres lokalområde og bruger symboler.



## Beskrivelse:

1. Børnene inddeles i grupper med ca. fem i hver. Sørg for, at hver gruppe har:
  - Et printet kort over lokalsamfundet
  - Symboler til 'Mit nærområde'
  - En planche, lim, saks og tusser.
2. Børnene limer deres områdekort op på planchen.
3. Derefter drøfter børnene i grupperne følgende:
  - Hvilke fritidstilbud er der til børn i lokalområdet (både gratis og dem, der koster noget)?
  - Hvor i området kan man finde disse fritidstilbud?
  - Hvordan kan man komme til at benytte disse tilbud, hvis man gerne vil?
4. Børnene limer de symboler på planchen, som de synes giver mening, og skriver deres kommentarer under symbolerne og tegner pile ind til de konkrete steder på kortet.
5. Børnene fremlægger efterfølgende deres plancher for hinanden med fokus på de ovenstående punkter. De kan evt. fremlægge ud fra et stort kort, der vises på smartboard. Hvis I har tid og synes, det er relevant, kan I evt. inddrage (nogle af) de 10 resiliens temaer/grundingsredienser i diskussionen.
6. På baggrund af børnenes kortlægning af fritidstilbud i lokalsamfundet kan I sammen tale om, hvad børnene ved om deres lokalområde – og hvordan de oplever, hvor der er sjovt/trygt/rart at være og hvorfor, og hvor der er kedeligt/utrygt/farligt at være, samt hvor man kan søge hjælp, hvis man har brug for det (hvis ikke I allerede har gjort dette i aktiviteten 'Mit nærområde').



**Variationer:**

Anvend mapping af et område og en efterfølgende tur til at afdække andre ressourcer i lokalområdet. Hvor handler man ind? Hvor kan man gå i klub? Hvor er biblioteket/kunstmuseet? Man kan også inddele børnene i mindre grupper og lade dem planlægge temaruterne i lokalområdet. De kan fungere som turistguider for deres klassekammerater.

Tag evt. børnene med på en guidet tur i lokalområdet. Lad f.eks. børnene vise deres fritidsaktiviteter eller boligområder frem.

**Lav et teaterstykke eller en film**

I kan forberede et kort teaterstykke eller en film om fritid og fritidsaktiviteter i området, som I efterfølgende viser for hinanden i klassen eller for andre klasser på skolen eller uden for skolen. Overvej, hvordan I vil formidle emnet, og hvem I vil formidle til.

Historien kan bestå af: 1) et problem + 2) hvordan problemet blev løst. (Temaidéer: Eli keder sig hver dag efter skole - Ella vil gerne begynde til en sportsgren, men hun ved ikke, hvordan man bliver meldt til).

## Idéer til det videre arbejde

- Generationsmæssigt samarbejde – bedsteforældre og pensionistsamarbejde. Det kan være en gruppe pensionister, som kommer og er sammen med børnene (f.eks. i samarbejde med Røde Kors) ved f.eks. lektielæsning. En pensioneret bankmand udtalte: "Jeg har aldrig tjent så meget som ved dette arbejde." Pensionister fra lokalsamfundet kan være læsevenner, hvor de læser med børnene på skolen. Skolen kan selv indhente børneattester hos kommunen.
- Etablér samarbejde med 'Skolens Venner', som er frivillige, der forpligter sig til at deltage og være en del af skolens hverdag i nogle timer om ugen – [www.skolensvenner.dk](http://www.skolensvenner.dk).
- Samarbejd med det lokale museum, der kan adoptere en klasse og lade børnene være gæsteguidere. Museet lærer også noget af børnene i forbindelse med udstillinger (hvordan disse kan gøres mere børnevenlige).
- Arrangér en 'åben markedsplads' på skolen, hvor man kan ønske, hvad man godt kunne tænke sig – f.eks. kæledyrsdag eller samle affald-dag.
- Virksomhedsbesøg eller lade en virksomhed 'adoptere' en klasse.
- Samarbejd med lokale organisationer, f.eks. Red Barnets lokalforeninger. Her kunne skolen henvende sig til Red Barnet og høre, om der er en lokalforening i nærheden, og så kunne Red Barnet formidle kontakten. Dernæst kunne skolen spørge, om lokalforeningen kunne tænke sig at samarbejde, f.eks. i forbindelse med indsamlinger eller projekter for udsatte børn i kommunen. Eller måske kunne Red Barnets lokalforening stå for at lave 'Mit nærområde' med børnene eller tilbyde, at nogle fra lokalforeningen kunne hjælpe lektielæsning mv.
- DM i Skills (samarbejde med erhvervsuddannelserne).
- Opret en forældrebank, hvor man klassevis får lavet en oversigt sammen med forældrene over, hvilke jobs eller kundskaber forældrene har, som skolen kan benytte sig af i løbet af året med henblik på 'Job og uddannelse' eller projektuger.
- Tag kontakt til en lokal sportsforening, og få en instruktør til at komme forbi i idrætstimerne, eller til en lokal musikforening, som inddrages i musikundervisningen, står for morgensang eller lignende.

# LITTERATURLISTE

Akselvoll, M.Ø. (2016). Folkeskole, forældre, forskelle: Skole-hjem-samarbejde og forældreinvolvement i et forældreperspektiv. Roskilde Universitet.

Berliner, P. & Christensen, J.K. (In print). Social resiliens. Dafolo.

Cacioppo, John & William Patrick (2009). Loneliness: Human Nature and the Need for Social Connection. W.W. Norton & Company.

Fredrickson, B. (2009). Positivity: Top-notch research reveals the upward spiral that will change your life. New York: Free Rivers Press.

Fredrickson, B.L. & Branigan, C. (2005). Positive emotions broaden the scope of attention and thoughtaction repertoires. *Cognition & Emotion*, 19(3), 313-332.

Bronfenbrenner, U. (1979). The ecology of human development: experiments by nature and design. Cambridge, Mass.: Harvard University Press.

Khanlou, N. & Wray, R. (2014). A Whole Community Approach toward Child and Youth Resilience

Promotion: A Review of Resilience Literature. *International Journal of Mental Health and Addiction*.

Klinge, L. (2017). Lærerens relationskompetence: kendetegn, betingelser og perspektiver. Dafolo.

Lipsitt, L.P. & Demick, J. (2012). Theory and Measurement of Resilience: Views from Development. In M. Ungar (Ed.), *The Social Ecology of Resilience: A Handbook of Theory and Practice* (pp. 43-52). New York, NY: Springer New York.

Masten, A.S. (2014). *Ordinary Magic: Resilience in Development*. New York: Guilford Publications.

Prince-Embury, S. & Saklofske, D.H. (2013). Resilience in children, adolescents, and adults: translating research into practice. The Springer series on human exceptionalism. New York: Springer Science+Business Media.

Skytte Jakobsen, I. (2017). Forebyggelse ud fra et resiliensperspektiv. I *Pædagogen som myndigheds-person: en grundbog*. Samfundslitteratur.

Sommer, D. (2017). *Udvikling: fra udviklingspsykologi til udviklingsvidenskab*. Professionernes begreber (1. udgave). Frederiksberg: Samfundslitteratur.

Ungar, M. (2012). *The social ecology of resilience: a handbook of theory and practice*. New York: Springer.

Zautra, A.J., Hall, J.S. & Murray, K.E. (2010). Resilience: A new definition of health for people and communities (May). I J. W. Reich, A. J. Zautra, & J. S. Hall (Eds.), *Handbook of adult resilience* (pp. 3-29). New York, NY, US: Guilford Press