

Forældrehåndbog

Holdning og Handling

Dig og mig og QVIK

Indhold

Introduktion.....	2
Organisationen bag materialet	3
HOLDNING og HANDLING	4
Til dig som forældre.....	6
Emnerne i undervisningsmaterialet.....	11

Introduktion

Dit barn møder i den kommende tid/de kommende år et undervisningsmateriale- og forløb, som forhåbentlig vil give dit barn en bedre opvækst og trivsel.

Materialet og arbejdsformen vil have størst effekt ved at, du som forældre samarbejder med lærerne om forløbet. Derfor opfordrer vi dig som forældre til aktivt at tage del i de processer, som dit barns lærer, pædagog eller en anden, der vil dit barn det godt, delagtiggør dig i.

Pr. definition er dit barn omgivet af:

- forstående, velmenende, engagerede og altid tilstedeværende forældre
- medmennesker, der kun vil barnets bedste og altid søger en positiv tilgang
- Et offentligt system og et samvær, der tager udgangspunkt i dit barns behov for social velvære og faglig indlæring

Men sådan er vore børns verden uheldigvis ikke. Derfor har vi udarbejdet dette materiale – for at give lærere, pædagoger, børn og forældre et redskab til bedre trivsel.

Vi vil på de næste sider kort gøre rede for rammerne/indholdet og arbejdsformen for et forhåbentligt godt samarbejde til gavn for dit barn, klassen og skolen. Men først vil vi gerne fortælle dig om, hvem der står bag materialet.

Organisationen bag materialet

Bag materialet står organisationen Lions International, der har medlemsorganisationer i de fleste lande i verden.

Lions Quest Danmark, som er en underorganisation, har siden introduktionen i 1975 fremstillet et materiale (Holdning og Handling) som undervisere m.fl. kan bruge og have glæde af i forbindelse med at skabe et godt samvær i klassen eller gruppen og med at give det enkelte barn optimale muligheder for at udvikle sig.

Undervisere o. lign. gennemgår en uddannelse i materialet, som tilgodeser det socialpædagogiske miljø som lærer-/pædagoguddannelsen på seminarierne/UC'erne ikke har med i deres program.

De fleste undervisere m.fl. får en brat opvågning den dag, de første gang står i undervisningssituationen og evt. også senere i karrieren, når de oplever konflikter, mistro eller andre udfordringer blandt børnene. I disse situationer giver uddannelsen i Holdning og Handling bl.a. lærerne nogle kompetencer/redskaber til at tackle disse problemer. Uddannelsen kan også finde sted senere i lærerens karriere.

Fakta

- Lions er en humanitær organisation, der yder hjælp til nødlidende over hele jorden – også lokalt yder man støtte.
- I verden er der 45.000 Lionsklubber/1.3 mill. medlemmer.
- I Danmark er der 314 klubber/7000 medlemmer.
- Lions Quest er en selvstændig organisation under Lions.
- Lions Quest står bag undervisningsmaterialet Holdning og Handling.
- Holdning og Handling er et undervisningsmateriale som lærere og pædagoger kan anvende for at forbedre opvækstmulighederne for børn og unge.

HOLDNING og HANDLING

Kursusmaterialet er opdelt i 3 hoveddele:

For de mindste - indskolingen: Dig og mig og **QVIK**

For 4. – 6. klasse – mellemtrinnet: Hvem er **DU**

For 7. – 9. klasse – udskolingen: Dig og de **ANDRE**

Dette materiale er rettet til de mindste børn, der møder materialet ”Dig og mig og **QVIK**”

Dig og mig og QVIK

Materialet, initiativer og arbejdet inkluderer mindst 3 parter: børn, forældre og skole.

Det drejer sig om at skabe trivsel og engagement for børnene døgnet rundt.

Professionelle underviserer håndterer materialet enten som direkte undervisningsforløb eller som beredskabsviden, der vil blive brugt i konfliktsituationer. Men for at opnå den størst mulig effekt af materialet vil initiativerne række ud over undervisningssituationen – altså involvere dig som forældre.

Undervisningsmaterialet

Materialet i **DIG** og **MIG** og **QVIK** er beregnet til indskolingsårene, men kan med fordel også anvendes i børnehaver.

Det viser sig, at mistroivsel, manglende engagement og konfliktsituationer ofte finder sted også før skoletiden. Børn spejler sig lynhurtigt i de voksne og bruger det, de har mest fordel af. Disse spejlinger starter næsten fra fødslen og ændres kun af ændret voksenadfærd eller påvirkning af nye voksne.

DIG og **MIG** og **QVIK**-materialet anvendes i den professionelle verden, altså i børnehaver og skoler. De efterfølgende materialedele omfatter også påvirkninger fra andre befolkningsgrupper og i andre situationer. Det vigtigste element i forhold til Holdning og Handling er, at læreren til dit barn

sikrer sig en positiv kommunikation med dig som forældre om dit barns og klassens situation og handlemuligheder.

Mål med materialet og forløbet

- Hjælpe børn med at udvikle en positiv og social adfærd
- Hjælpe børn med en personlig udvikling
- Støtte hjem og skole i det generelle forebyggende arbejde m.h.t. vold, mobning og mistrivsel
- Give læreren et konkret metodisk værktøj, når det drejer sig om udvikling af klassemiljøet, som led i det forebyggende arbejde

Oversigt over materialet

Materialet kan frit kopieres.

Materialet er inddelt i 4 kapitler:

Kapitel 1: Klasseidentitet

Kapitel 2: Gruppeidentitet

Kapitel 3: Beslutninger

Kapitel 4: Hurra for dig og mig

Det er meningen, at lektionerne i disse 4 kapitler skal fordeles over de 4 første skoleår.

Denne forældrehåndbog giver dig en værktøjskasse i form af gode råd til, hvordan du styrker dit barns selvtillid og trivsel ved hjælp af kommunikation, grænser, rammer og udsagn.

Til dig som forældre

Her er nogle udsagn, der kan støtte op om forløbet og have stor betydning for din forældrerolle

- 1. Lad dit barn vide, at det er værdifuldt, uanset hvordan han eller hun end er.*
Hvis dit barn oplever at blive værdsat, vil han eller hun vokse i troen på sig selv, og det er den bedste forudsætning for at få en god skolestart.
- 2. Giv dig tid til at tale med dit barn og lytte til, hvad han eller hun siger*
Det er vigtigt, at du har tid til foretage dig noget sammen med dit barn, og det er vigtigt, at dit barn får lov til at opleve noget, som han eller hun kan snakke om, og som udvikler barnet.
- 3. Lad barnet få ansvar og omsorg.*
Det er udviklende for dit barn at få ansvar og opgaver derhjemme, og hvis dit barn tager ansvar er det let at rose og opmuntre ham eller hende. På dette tidspunkt i dit barns liv er han eller hun nødt til at kunne fungere udenfor de trygge rammer og også kunne træffe selvstændige beslutninger.
- 4. Lad barnet træne adskillelse.*
Det er en god ide, at du taler med dit barn om det at komme i skole/børnehave, og om det at være sammen med mange andre og om at være borte fra hjemmet og jer som forældre.
- 5. Lær barnet at vente på sin tur.*
Det vil være en god ide, hvis du træner dit barn i at vente til, det bliver han eller hendes tur, og i ikke at afbryde andre i utide og at vise andre respekt.
- 6. Lad barnet opleve både modgang og medgang.*
Det er vigtigt, at dit barn oplever støtte i at have modgang uden at gå helt i stykker. I samværet med andre børn vil der komme modgang, og det skal dit barn lære at takle rigtigt. Ligeledes skal det være dejligt at have medgang, men uden at han eller hun hoverer.

7. *Læs og syng sammen med barnet.*

Det er meget vigtigt at du læser for dit barn eller at han eller hun selv læser. Derudover vil det også være en god ide at gøre dit barn nysgerrig, så det går på opdagelse. Lær dit barn sange, sanglege, rim og remser.

8. *Lad barnet opøve sin koncentrationsevne.*

En anden god ting er at lære dit barn at være opmærksom på det, der er vigtigst lige i situationen. Du skal kun give én besked eller få beskeder af gangen.

9. *Lad barnet få sin egen arbejdsplads herhjemme.*

Hvis der er mulighed for, at dit barn kan få en fast plads til lektielæsning, vil det være optimalt. Derudover vil det også være en god ide, hvis du lærer dit barn at holde orden i sin taske og på sin arbejdsplads.

10. *Hold god kontakt med skolen.*

Det bedste, du som forældre kan gøre, er at vise dit barn, at du har en positiv holdning overfor skolen/børnehaven, og at du interesserer dig for, hvad der foregår.

Hvordan dit barn får selvtillid

I nedenstående tekst finder du måder, hvorpå du kan styrke dit barns selvtillid ved eksempelvis at stille opnåelige krav til dit barn og opmuntre ham eller hende til at finde sin niche.

1. *Følelsen af at kunne noget*

Før dit barn kan gøre noget, må dit barn tro på, at han eller hun kan udføre det. Som forældre kan du opmuntre dit barn til at finde ud af, hvad han eller hun er god til og har succes med.

2. *Følelsen af at blive værdsat*

Som forældre skal du stille relevante og opnåelige krav til dit barn. Du skal også huske at fortælle og rose dit barn, når han eller hun lykkes med noget.

3. *Følelsen af at have ansvar.*

Som forældre kan du give dit barn ansvar, og det vil være med til, at dit barn efterhånden selv vil tage ansvar under de rigtige omstændigheder. Dette kræver, at du som forældre øver dit barn i at være ansvarlig, og at der er klare aftaler og spilleregler.

Kommunikationens muligheder

Nedenstående fem punkter giver dig som forældre gode råd til, hvorledes du kan bruge kommunikationen, både det verbale og nonverbale, som et positivt virkemiddel til dit barns udvikling.

1. Indbyrdes forståelse.

Ofte kan man som forældre glemme, at man er den voksne. Det er derfor vigtigt, at du som forældre husker, at du er den voksne, og at det er dig, der fastsætter reglerne for familiens medlemmer. Børn og dermed også dit barn befinder sig bedst med klart definerede og rimelige opgaver og muligheder

2. Det rigtige tidspunkt.

Det er vanskeligt at placere kommunikation i et tidsskema. Hvornår kommunikationen foregår, kommer ind under begrebet "kvalitetstid". Kommunikation skal foregå, når du eller dit barn har brug for det, ellers kan I også aftale et snarligt tidspunkt, der så skal overholdes.

3. Forstå at lytte.

At lytte er selvfølgelig at lægge ører til, men det er også at spørge ind til ting, der bliver sagt - altså at engagere sig.

4. Lyt til sine følelser.

Såvel voksne som børn har mange følelser involveret i de oplevelser de har. Det er vigtigt, at man fornemmer sine følelser og opstiller sine forventninger til sig selv og til sine omgivelser. Som forældre bør du derfor træne dit barn i at handle i forhold til hans eller hendes følelser.

5. Behov for berøring.

Dit barn har behov for berøring. Måden, hvorpå man berører, afhænger bl.a. af alderen. Det er derfor vigtigt, at du som forældre selvfølgelig ikke overskrider dit barns grænser, men at du opfylder dit barns behov mere end dine egne.

Grænser, rammer, muligheder, konsekvenser og forventninger

Nedenstående giver gode råd til dig som forældre om, hvorledes du bedst muligt kan sætte grænser og rammer op for dit barn. Derudover indeholder det også elementer, du som forældre skal være opmærksom på, når du sætter disse grænser såsom, at det er vigtigt at forklare dit barn ordentligt om de konsekvenser, der kan opstå, hvis grænserne ikke bliver overholdt.

1. Tal med dit barn om begreberne grænser og rammer.

Dit barn har brug for at vide, hvilke forventninger du som forældre har, til hans eller hendes handlinger. Det er derfor vigtigt, at du melder nogle forståelige grænser og rammer ud, indenfor hvilke dit barn har råderum.

2. Tal med dit barn om, hvilke muligheder og konsekvenser tingene har.

Når du udmelder grænser og rammer, vil der oftest være en dialog om muligheder og konsekvenser af dit barns handlinger. Som forældre skal du ikke udstede f.eks. trusler, som du ikke vil effektuere.

3. Tal med dit barn om dine forventninger til ham eller hende.

Det er meget vigtigt, at du som forældre tager dig tid til at forklare dit barn om de forventninger, du har, og også inddrager dit barns meninger i aftaler.

4. Lyt til dit barns forventninger.

Når dit barn udtrykker sine forventninger, skal du som forældre selvfølgelig tage dig tid til at lytte til dem og evt. få yderligere forklaret, hvorfor barnet har disse forventninger. Som forældre er det vigtigt, at du fortæller barnet, hvad du så vil gøre ved det.

5. Dit barn har fordel af at have en holdning og foretage en aktiv handling.

Vær kun glad, hvis dit barn har holdninger og meninger og handler, men glem ikke, at det er dig, der er den voksne – læremesteren.

6. Der foretages altid valg – hvorfor ikke foretage dem selv.

Forklar dit barn, at man hele tiden træffer valg. Hvis man ikke træffer et aktivt valg, vil andre træffe valg som måske har indflydelse på, at han eller hun ikke har truffet et valg. Forklar dit barn, at hvis han eller hun vil noget bestemt, er han eller hun nødt til at foretage en handling.

Forståelse af udsagn

Nedenstående indeholder forslag til, hvorledes du som forældre kan kommunikere med dit barn så barnet føler, at han eller hun bliver hørt på, men at du samtidig bevarer din forælderrolle.

1. *Tal for det meste **MED** dit barn.*

Det er vigtigt, at du fører en tovejskommunikation med dit barn, så I opnår en klarhed om indholdet.

2. *Tal undertiden også **TIL** dit barn, når noget ikke er til diskussion.*

Undertiden kan der være situationer, hvor tingene ikke er til diskussion, og så må du gøre det forståeligt for dit barn, at sådan er det, men uden at du hidser dig op.

3. *Tag det ansvar på dig, at du er den voksne og dermed ofte sætter rammerne.*

Du behøver ikke altid at indgå i en diskussion om løsninger, da visse afgørelser tilhører dig som den voksne, som så også tager konsekvenserne.

4. *Lyt til det, dit barn siger og prøv at forstå.*

Det er meget vigtigt, at du virkelig lytter til dit barn og prøver at forstå, hvad han eller hun siger – ellers må du spørge ind til det. At vi lever i en fortravlet verden rokker ikke ved, at når du har sat børn i verden, har du også taget et ansvar på dig, og det er det vigtigste i mange år.

5. *Kram undertiden dit barn – han eller hun har brug for berøring.*

Vis dit barn, at han eller hun er det kæreste eje, du har. "Tag barnet i favnen" en gang imellem og fortæl, hvor dejligt, barnet er og hvor stor pris, du sætter på ham eller hende.

Emnerne i undervisningsmaterialet

Kapitel 1: Klasseidentitet

Kapitlet giver dig gode råd til, hvorledes du aktivt kan være medvirkende til, at der opbygges en klasseidentitet, og at dit barn dermed får en følelse af samhørighed og et tilhørsforhold til sin klasse. En opbyggelse af klasseidentitet hjælper dit barn med at udvikle positive relationer til de omkringværende mennesker. Kapitlets øvelser sætter fokus på en fælles dannelse af klasseregler, og hvorledes dit barn bedst muligt kan interagere på en civiliserede måde med sine klassekammerater og lærer.

1. Målet er, at eleverne og dermed inklusiv dit barn lærer at forstå værdien af et tilhørsforhold og øver sig i at interagere på en civiliseret måde med de omkringværende mennesker.
2. Vi håber, at dit barn på baggrund af udviklingen i skolen og i hjemmet har tilegnet sig evner, der gør, at han eller hun kan udvikle positive relationer til sine klassekammerater og i den forbindelse få en følelse af samhørighed.
3. Holdning og Handling materialet har valgt at bruge meget plads på en fælles dannelse af regler, da en forståelse af regler gør, at negative relationer til omkringværende mennesker mindskes.

Kapitel 2: Gruppeidentitet

Nedenstående kapitel giver dig gode råd til, hvorledes dit barn kan fungere vellykket i en gruppe. Derudover får du som forældre også gode råd til, hvordan du kan hjælpe dit barn med at blive bedre til at lytte til andre, og hvordan dit barn på bedst muligt måde kan tackle sine følelser. I kapitlet er der fokus på, hvorledes man i fællesskab kan løse opgaver samt videreudvikle og styrke de færdigheder, der er nødvendige for børnene for at kunne arbejde og kommunikere effektivt med hinanden og andre.

1. Målet er, at eleverne og dermed inklusiv dit barn lærer at forstå værdien af samarbejde og øver sig i at lytte til andre.
2. Vi håber, at dit barn på baggrund af udviklingen i skolen og i hjemmet har tilegnet sig evner, der gør, at han eller hun kan kontrollere sine følelser og samtidig kommunikere vellykket og effektivt med andre.
3. Holdning og Handling materialet har valgt at bruge meget plads på samarbejde, da det ofte er i børnenes samvær, at uenigheder opstår, da de ikke forstår kompromis og dermed har de svært ved at fungere som en gruppe.

Kapitel 3: Beslutninger

I det nedenstående kapitel vil du, som forældre, få et indblik i, hvad dit barn vil lære i henhold til beslutningstagning og konsekvenser heraf. Kapitlets fokus er at lære dit barn at træffe beslutninger indenfor givne rammer og lære, at der er valgmuligheder og konsekvenser, og at disse hænger sammen. Dit barn lærer også at definere positiv og negativ indflydelse. Derudover indeholder kapitlet en 4-trinsmodel, der øger bevidstheden om beslutningsprocessen og gør det nemmer for dit barn at udføre dagligdags beslutninger.

1. Målet er, at eleverne og dermed inklusiv dit barn lærer at forstå værdien af beslutningstagning og konsekvenser og øver sig i at træffe beslutninger indenfor givne rammer.
2. Vi håber, at dit barn på baggrund af udviklingen i skolen og i hjemmet har tilegnet sig evner, der gør, at han eller hun kan definere positiv og negativ indflydelse og nemmer, kan udføre dagligdags beslutninger.
3. Holdning og Handling materialet har valgt at bruge meget plads på beslutningsprocessen, og at der er konsekvenser af alt, hvad de gør. Dette fokus er valgt, da mange af konflikterne, der opstår imellem børn er grundet en uforståelse af samhørigheden mellem beslutning og konsekvenser.

Kapitel 4: Hurra for dig og mig

Kapitlet giver gode råd til, hvorledes du som forældre kan hjælpe dit barn med at lære at værdsætte og respektere sig selv og andre. Endvidere indeholder kapitlet ligeledes redskaber, der kan hjælpe dit barn med at opdage sin styrke og udvikle den. Dit barn kommer også til at lære at vise påskønnelse ved at hjælpe andre. Derudover afrundes ”Dig og Mig og Qvik” også i kapitlet og dit barn får mulighed for at nævne de forskellige emner Qvik har berørt, samt få opsummeret de læringslementer, der er blevet glemt.

1. Målet er, at eleverne og dermed inklusiv dit barn lærer at forstå værdien af selvrespekt samt respekt for sine medmennesker og øver sig i at opdage sine styrker og udvikle dem.
2. Vi håber, at dit barn på baggrund af udviklingen i skolen og i hjemmet har tilegnet sig evner, der gør, at han eller hun kan vise påskønnelse for sig selv og andre.
3. Holdning og Handling materialet har valgt at bruge meget plads til selvrespekt og påskønnelse af andre, da dette er et vigtigt fænomen for, at udviklingen fra barn til voksen forløber hensigtsmæssigt.

Alle disse emner vil på sigt blive bragt på banen i forbindelse med klasseundervisningen, som dit barn vil få eller opleve i barnets børnehave.

Vi håber, at materialet vil være medvirkende til, at der bliver et frugtbart samarbejde, trivsel og engagement i klassen og derhjemme.

Lions Quest Danmark