



Fonden for
Socialt Ansvar

Aktivitetshæfte

**Positive læringsmiljøer
i familien**



Aktivitetshæfte

© **Fonden for Socialt Ansvar**

1. oplag 2. udgave, december 2023

Tekst: Rasmus Sam Dige Pedersen, Klara Thomsen Nielsen & Julie Hee Darger

Grafisk tilrettelæggelse: Klara Thomsen Nielsen & Julie Hee Darger

Foto: Rasmus Sam Dige Pedersen & Julie Hee Darger

Tak for støtten til den A.P. Møllerske Støttefond

Introduktion til temaer



Trivsel i familielivet

Fokus for dette tema er styrker og udfordringer i familielivet. Det er aktiviteter, der gennem kreative tilgange giver mulighed for, at familierne kan tale om deres styrker, og hvem de er som familie. Derudover også aktiviteter, der bidrager til et trygt rum, hvor familierne kan dele udfordringer og bekymringer og sparre med hinanden.



Digitalt familieliv

Dette tema skal udforske og indbyde til fælles refleksion og diskussion om det digitale liv i familiens liv. Der fokuseres på de forskellige nuancer af det digitale liv, både hvordan det digitale kan styrke læringsmiljøet i hjemmet og til, hvordan man kan rammesætte brugen af skærme i hjemmet.



Rammer og strukturer i familielivet

Aktiviteterne i dette tema udforsker hverdagsrutiner, -konflikter og -situationer, som familierne oplever som relevante og betydningsfulde i deres familieliv. Med et handlingsorienteret blik udforsker vi de dilemmaer, konflikter og situationer, som familierne kan opleve i deres hverdag.



Leg og læring i familien

I dette tema sættes fokus på styrkelsen af fællesskabet og samarbejdet i familien gennem leg og læring. Der gives forslag til sjove og legende aktiviteter, man kan lave sammen med sin familie og til familiegrupperne. Der er f.eks. forslag til en skattejagt eller naturbingo, hvor man skal udforske sit lokalområde.



Skole-hjem-samarbejde

I dette tema sætter vi fokus på skole-hjem-samarbejdet. Aktiviteterne har fokus på at skabe et sparrings- og refleksionsrum omkring skole-hjem-samarbejdet sammen med forældrene. Dette skal understøtte forældrenes muligheder for at skabe de bedste forudsætninger for børnenes trivsel og læring, både i hjemmet og i skolen.

Indholdsfortegnelse



Trivsel i familien

- Solstrålehistorier
- Regnskyen
- Familietræet
- Familieplanchen
- Empatibanko
- Familielisten



Digitalt familieliv

- Digitale dilemmaer
- Flipflappen
- Logo vendespil



Rammer og strukturer i familielivet

- Kolde og varme emner
- Hverdagsdilemmaer
- En god hverdag som familie
- Historier om venner og relationer (Dilemmaer)
- Søskendekonflikter i hjemmet



Leg og læring i familien

- Naturbingo
- Labyrinten
- Have-skattejagt
- Bodyguard
- Skattejagt
- Bingo med dyr



Skole-hjem-samarbejde

- Aula
- Cases om skolelivet



Tjek-ind og tjek-ud aktiviteter



Ideer til ekstra aktiviteter

- Høvdingebold, stikbold, bål mm.



Trivsel i familielivet

Solstrålehistorier

For hvem: Børn

Tid: 20-30 min.

Materialer: Farveblyanter, tusser, gult karton, ikoner og klistermærker

Beskrivelse

I denne aktivitet skal barnet lave sin egen solstrålehistorie. En solstrålehistorie er et frit og kreativt produkt, hvor barnet på egne præmisser skal fortælle om sig selv, og hvad de godt kan lide. Solen laves af gult karton, men må se ud, som de synes, den skal være - man kan vise eksempler på andres sole. På solen kan de tegne, skrive og sætte klistermærker og ikoner på. De frivillige skal støtte børnene i at tegne og finde ud af, hvordan deres sol skal se ud.

Fremgangsmåde:

1. Alle børn får et stykke karton, som de kan lave deres sol af.
2. Fortæl dem, at der er tusser, farver, ikoner og klistermærker, som de kan bruge til at lave og pynte deres sol.
3. De må helt selv vælge, hvordan deres sol skal se ud. Det vigtige er, at de får beskrevet, hvad de kan lide og hvad de er gode til.
4. Det kan være svært for nogle at sige, at de er gode til noget - hjælp dem med dette.
5. Gem deres sol eller tag et billede af dem.

Læringsmål:

- At kunne italesætte egne styrker og glæder gennem en kreativ aktivitet
- At blive bevidste om styrker både hos barnet selv, men også i deres familie.



Uddybende spørgsmål:

- Hvad kan du lide at lave - i skolen, i din fritid eller derhjemme?
- Hvem kan du lide at lave det med?
- Hvornår lavede du sidst noget, som gjorde dig glad?
- Hvad tror du dine venner eller veninder ville sige, at du er god til?
- Hvad synes du selv, at du er god til?

Trivsel i familielivet

Regnskyen

For hvem: Børn

Tid: 20-30 min.

Materialer: Regnskyer, tusser og billeder

Beskrivelse

Regnskyen er et kreativt trivselsredskab, der kan åbne op for, hvad der kan gøre børnene triste, og hvad der kan gøre dem glade igen. På regnskyen kan børnene skrive ord, tegne og klistre billeder for at vise, hvad der kan gøre dem triste, og hvad der kan hjælpe dem til at blive glade igen. Børnene kan dele deres tanker med hinanden, hvis de har lyst.

Fremgangsmåde:

1. Udlevér en regnsky til hvert barn, og læg tusser og billeder på bordet, som barnet frit kan bruge.
2. Forklar barnet, at det kan skrive ord, tegne og klistre billeder på regnskyen med alt det, der kan gøre barnet trist. Støt barnet i processen.
3. Spørg barnet, om det har lyst til at dele, hvad der kan gøre dem triste.
4. Vend derefter regnskyen om og forklar, at barnet skal skrive ord, tegne og klistre billeder på regnskyen med alt det, der kan gøre barnet glad igen. Støt barnet i processen.
5. Spørg barnet, om det har lyst til at dele, hvad der kan gøre dem glade.
6. Tag billeder af regnskyerne, og spørg om barnet gerne vil have regnskyen med hjem.
7. Gem de overskydende regnskyer.

Læringsmål:

- At styrke børnenes emotionelle kompetencer.
- At børnene lærer at sætte ord på egne følelser, både de triste og glade følelser.



Uddybende spørgsmål:

- Hvornår har du oplevet at være trist/ked af det?
- Hvem kan hjælpe dig, når du er trist/ked af det?
- Hvad gør du, når du bliver trist/ked af det?

Trivsel i familielivet

Familietræet

For hvem: Familien
Tid: 30-40 min.
Materialer: Oliekridt, A3-karton

Beskrivelse:

Familien skal i denne aktivitet tegne deres familie som et træ. Det kan se ud helt, som de har lyst. Når familierne tegner deres familie som et træ, viser træet, hvordan de ser deres familie som en helhed og de enkelte familiemedlemmer. Det er en kreativ måde at præsentere sin familie på. Tidligere familier har f.eks. tegnet deres familie som et juletræ, da de elskede at feste og fejre højtider sammen.

Fremgangsmåde:

1. Start med, at hver familie sidder sammen.
2. Sørg for, at alle kan nå og se papiret. Fordel oliekridd og et stykke karton pr. familie.
3. Forklar nu, at familierne skal tegne deres familie som et træ, og det kan se ud, ligesom de har lyst til.
4. Sørg for, at alle har forstået, hvad aktiviteten går ud på, og hvor lang tid de har.
5. Mens familierne tegner, gå rundt og spørg ind til deres tegning. Stil åbne spørgsmål og giv dem mulighed for at beskrive deres træ.
6. Når familier har tegnet færdigt, så præsenterer hver familie deres træ. Brug ca. 5 min på hver familie. Hvis I er for mange familier, kan familierne sættes sammen med en anden familie og skiftes til at vise deres træ frem.

Læringsmål:

- At der skabes bevidsthed om familiens styrker og sammenhold.
- At familierne samarbejder om et kreativt produkt.



Uddybende spørgsmål:

- Vil I fortælle om jeres træ?
- Hvorfor har I tegnet det sådan?
- Hvis I havde mere tid, hvad ville I så have tegnet?
- Hvad kan I bedst lide ved jeres træ?

Trivsel i familielivet

Familieplanchen

For hvem: Familien

Tid: 45 min.

Materialer: Et stykke A3-karton til hver familie, farveblyanter, tusser, sakse, klistermærker, ikoner og kamera

Beskrivelse:

En familieplanche præsenterer, hvem familierne er som familie. Det er en måde at præsentere sin familie til både frivillige og andre familier. Det kan være, at de tegner, hvad de godt kan lide at spise eller lave sammen. Planchen kan også vise deres hobbyer eller gode oplevelser. Man kan bruge tusser, farver, ikoner og klistermærker. Det er helt frit for familierne, hvordan de vil tegne deres familie på planchen.

Fremgangsmåde:

1. Familierne sættes sammen om et bord, hvor alle kan se og nå papiret.
2. Fortæl nu familierne, at de skal lave en planche, som viser, hvem de er som familie. De må helt selv beslutte, hvordan den skal se ud, og hvad som de gerne vil have deres på deres planche.
3. Lad nu familierne selv sidde og lave deres planche.
4. Vær opmærksom på, at alle familier er kommet godt i gang, og husk at spørge ind til deres plancher.
5. Gå rundt mellem familierne og tag familie billeder: det ene er til planchen, og det andet er til dem selv, som de kan tage med hjem.
6. Sæt familierne sammen to og to, og lad dem præsentere deres familieplanche for hinanden.
7. Gem familiernes plancher eller tag et billede af dem (gerne sammen med familierne).

Læringsmål:

- At familierne laver en præsentation af dem selv, og hvem de er som familie.
- Etablering af relationer til de andre familier.



Uddybende spørgsmål

- Hvad har I tegnet på jeres planche?
- Er der noget, som I synes, mangler på jeres planche?
- Hvad kan I godt lide at lave sammen?
- Kan du huske, hvad du sidst har lavet med din familie, som du synes, var hyggeligt?

Trivsel i familielivet

Empatibanko

For hvem: Familien

Tid: 30 min.

Materialer: Empatibankoplader, ansigt kort med følelser, samtalekort om følelser

Beskrivelse:

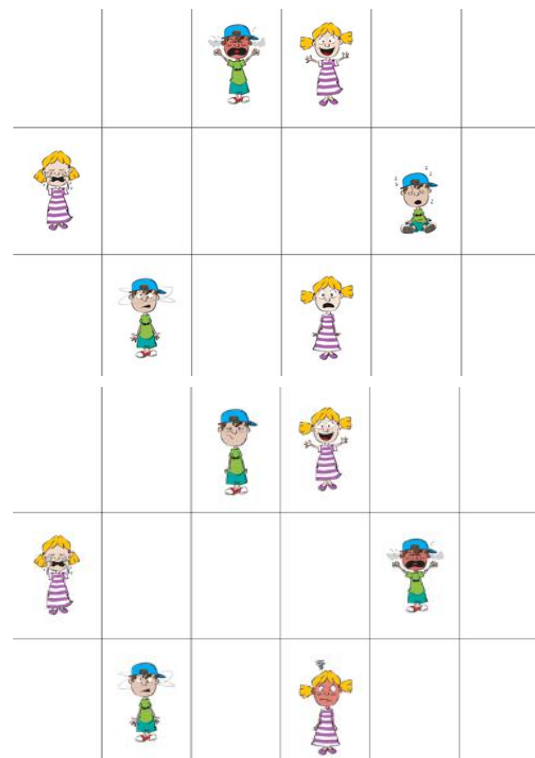
Familierne får udleveret empatibankoplader, ansigt kort med følelser og samtalekort. Empatibanko er et mix mellem gæt og grimasser og banko, hvor man gennem leg får trænet sine færdigheder i at genkende følelser ud fra krops- og ansigtsudtryk. Samtalekort skal bidrage til at skabe et sprog om følelser og reaktioner. Det handler ikke om at blive hurtigst færdig, men om at italesætte, oplevede følelser og reaktioner ud fra ansigtsudtrykkene og samtalekortene.

Fremgangsmåde:

1. Udlevér et sæt empatibankoplader, ansigt kort med følelser og samtalekort til hver familie.
2. Forklar, at man på skift skal trække et kort fra bunken med et ansigtsudtryk og vise det med sit kropssprog. De andre skal gætte, hvilken følelse det er. Frivillige kan støtte de yngste børn.
3. Sæt kryds på spillepladen, hvis følelsen matcher ansigtsudtrykket.
4. Tag en runde med samtalekort for at italesætte, hvornår man oplever følelsen, og hvordan man reagerer, når man oplever følelsen. Dette er for at inddrage både et børne- og forældreperspektiv.
5. Fortsæt spillet med at trække et nyt kort og vise følelsen med sit kropssprog, hvorefter det krydses af på spillepladsen, hvis der er et match.
6. Gentag runden med samtalekort.
7. Når alle kort er vendt og krydset af på spillepladsen, afsluttes spillet.

Læringsmål:

- At gøre familierne opmærksomme på sociale og emotionelle færdigheder ud fra forskellige ansigtsudtryk.
- At opnå træning i at tale om følelser, som kan anvendes i potentielle konflikter.
- At inddrage både børnenes- og forældrenes perspektiver.



Uddybende spørgsmål:

- Hvornår oplever du den følelse?
- Hvordan reagerer du, når du oplever den følelse?
- Hvad kan hjælpe dig, når du oplever den følelse?
- Var der noget, der overraskede dig?

Trivsel i familielivet

Familielisten

For hvem: Forældre

Tid: 20-30 min.

Materialer: Familielister og kuglepenne

Beskrivelse:

Familielisten er et hjælperedskab til at få øje på familiens ressourcer og udviklingspotentialer, som kan åbne op for sparring og spejling blandt forældrene. På venstre side er positivlisten, hvor forældrene kan skrive, hvad de er gode til, mens udviklingslisten i højre side har fokus på, hvad de gerne vil blive endnu bedre til. Forældrene kan også sætte sig mål for, hvad de gerne vil arbejde på til næste gang eller i løbet af familiegruppeforløbet.

Fremgangsmåde:

1. Udlever en familieliste og en kuglepen til hver forælder.
2. Forklar, at venstre side er positivlisten, hvor forældrene kan notere, hvad de er gode til som familie. Støt dem i processen og spørg nysgerrigt ind.
3. Spørg forældrene om, hvorvidt de vil dele og sparre med hinanden.
4. Lad herefter forældrene notere, hvad de godt kunne tænke sig at blive endnu bedre til som familie på udviklingslisten i højre side. Støt dem i processen og spørg nysgerrigt ind.
5. Spørg forældrene om, hvorvidt de vil dele og sparre med hinanden.
6. Forklar, at forældrene har mulighed for at notere, hvad de gerne vil afprøve til næste gang eller i løbet af familiegruppeforløbet for at støtte op om familiens trivsel. Støt dem i processen og spørg nysgerrigt ind.
7. Spørg forældrene om, hvorvidt de vil dele og sparre med hinanden.

Læringsmål

- At give forældrene et hjælperedskab for at sætte fokus på egne ressourcer og udviklingspotentialer.
- At opbygge et trygt og tillidsfuldt sparringsrum for forældrene.

Familielisten

I vores familie er vi gode til...

I vores familie kunne vi blive bedre til...

Uddybende spørgsmål:

- Hvad kan I godt lide at lave som familie?
- Hvornår har I det godt som familie?
- Hvad kan være svært/udfordrende for jeres familie?
- Hvis du havde en tryllestav, hvad ville du ønske, at I lavede mere af i jeres familie?

Digitalt familieliv

Digitale dilemmaer

For hvem: Forældre

Tid: ca. 30-45 min.

Materialer: Dilemmaer og hæftet "11 gode råd til at tackle barnets online-liv"

Beskrivelse:

Aktiviteten præsenterer hverdagsdilemmaer omkring det digitale liv – herunder både brug af skærme, sociale medier og gaming. I fællesskab diskuteres de forskellige dilemmaer og sammen sparres der om mulige løsninger. I denne aktivitet skal forældrene reflektere over udfordringer og styrker i børn og unges digitale liv. Med denne aktivitet ønskes det at udvide forældrenes ressourcer til at understøtte deres børns digitale læring og trivsel. Centralt i aktiviteten er, at forældre forholder sig nysgerrigt til børnenes brug af tablets og mobilere.

Alle dilemmaer er udformet på baggrund af '11 gode råd til at tackle barnets online-liv' af Medierådet (Hæftet får de med).

Fremgangsmåde:

1. Fordel forældrene i grupper på 3-4 forældre.
2. Husk at sige, hvor lang tid de har til aktiviteten.
3. Fortæl forældrene, at nu skal I arbejde med det digitale liv (Alt brug af skærme: både tv, tablet og mobil- og alt det man kan lave på dem).
4. Læs det første dilemma højt.
5. Fortæl, at de skal diskutere dilemmaerne sammen. Det er ikke sikkert, at det er en situation de har oplevet i eget liv.
6. Der findes ikke en rigtig løsning på dilemmaerne.
7. Stil uddybende spørgsmål.

Læringsmål:

- At sparre om ens børns og eget digitale liv, i fællesskab med andre forældre.
- At udvide sin viden om, hvor de kan opsøge vejledning og hjælp.

Dilemma A

Dit barn fortæller, at et barn fra en anden skole skriver til dem på nettet. Det er en jævnaldrende, men ikke en som dit barn har mødt. Du har set beskederne, de virker i orden, men du er stadig lidt usikker. Hvad kan du gøre?

Dilemma B

Dit barn er blevet uvenner med en klassekammerat. De skriver grimme ting til hinanden på nettet og er meget uvenner. Hvad kan du gøre?

Uddybende spørgsmål:

- Hvordan kan man spørge ind til, hvad ens barn har lavet på nettet?
- Hvad fungerede godt i den situation?
- Hvad ville du have ændret?
- Hvilke fordele ser du ved den handling?
- Kan der være ulemper ved den handling?
- Hvorfor synes du, at det er den bedste handling?
- Hvordan tror du, at barnet oplever situationen?

Digitalt familieliv

Flipflappen

For hvem: Børn

Tid: ca. 20-30 min.

Materialer: Flipflapper og sakse

Beskrivelse:

Med denne aktivitet skal børn og frivillige snakke om det digitale liv på nettet. Alle får deres egen flipflap. Indeni er der spørgsmål, der omhandler livet på internettet. Det er f.eks. spørgsmål om, hvad de laver på nettet, eller om de har nogle gode venner på nettet. Det er vigtigt i denne aktivitet, at man forholder sig nysgerrigt til børnenes online venner og brug af internettet - det kan både være de bruger sociale medier eller onlinespil. Derudover skal børnene have viden om, hvem der kan hjælpe, hvis du har brug for hjælp.

Fremgangsmåde:

1. Fordel i grupper med maks. 5 i hver gruppe. Fordel gerne grupperne, så de er nogenlunde alderssvarende og sid i en rundkreds.
2. Start med at snakke om deres eget brug af f.eks. mobiler eller tablets derhjemme. Om de bruger dem i skolen eller om det mest er derhjemme.
3. Vær nysgerrig på, hvad som de laver online, og spørg ind til det med en åbenhed.
4. Giv alle deres egen flipflap, og lad dem selv folde dem. Hjælp selvfølgelig til.
5. På skift stiller en et spørgsmål til sidemakkeren. Sidemakkeren svarer, og får så lov til at stille spørgsmål til den næste i rundkredsen.
6. Sørg for at alle får tur.
7. De frivillige kan også stille og svare på spørgsmål.
8. Stil løbende uddybende spørgsmål.

Læringsmål:

- At børnene reflekterer over internettet og venskaber.
- At børnene får mulighed for at diskutere gode og dårlige ting ved internettet.
- At få mere viden om, hvor de kan få hjælp, hvis man oplever noget ubehageligt.



Uddybende spørgsmål:

- Hvorfor er du i tvivl om det?
- Kan ens bedste venner være på nettet?
- Er der forskel på venner i skolen og venner på nettet?
- Kan det være forskelligt fra situation til situation?

Digitalt familieliv

Logo vendespil

For hvem: Børn
Tid: 15-20 min.
Materialer: Logoer

Beskrivelse

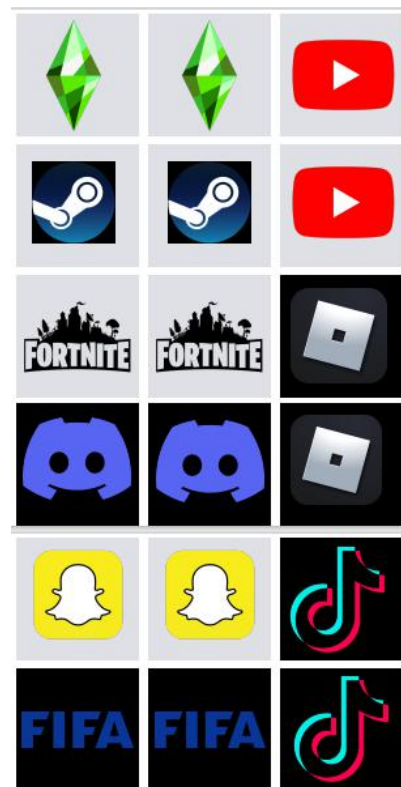
Børnene skal i denne aktivitet lave vendespil med logoer fra forskellige digitale medier og spilplatforme. Gennem leg skal børnene få trænet deres viden om digitale medier og spilplatforme, og få et indblik i hvad de andre børn i børnegruppen bruger. Aktiviteten skal hermed bidrage til at styrke børnene kendskab til hinanden og udforske deres egen brug af digitale medier og spilplatforme.

Fremgangsmåde:

1. Fordel børnene i små grupper af ca. 3-4 personer.
2. Børnene skal nu klippe logoerne ud og fordele dem på bordet med bagside opad, så logoer er skjult. Nu skal alle kortene blandes.
3. Forklar, at børnene skal spille vendespil, hvor det gælder om at finde to kort, der matcher.
4. Børnene skal skiftevis vende to kort. Hvis kortene matcher, har de et stik og må prøve igen. Hvis kortene ikke matcher, vendes kortene om igen. Nu er det det næste barns tur til at forsøge at finde et match.
5. Ved et match skal børnene tale om, hvad det er for et digitalt medie eller spilplatform, der gemmer sig bag logoet. Understøt børnene og spørg nysgerrigt ind til børnenes kendskab og brug af det pågældende medie eller platform.
6. Dette gentages, indtil alle kort er matchet.

Læringsmål:

- At børnene får reflekteret og udvidet deres viden om digitale medier og platforme.
- At styrke det sociale børnefællesskab gennem leg.



Uddybende spørgsmål:

- Bruger/spiller du dette med dine venner?
- Hvornår bruger det digitale medie eller spilplatform?
- Er der noget, du synes kan være svært/udfordrende, når du bruger det digitale medie eller spilplatform?

Rammer og strukturer i familien

Kolde og varme emner

For hvem: Forældre

Tid: 30-40 min.

Materialer: A3-papir- med et koldt-til-varmt-spektrum, emner, blyanter.

Beskrivelse:

I den her aktivitet skal I diskutere nogle af de emner, som kan fylde i hverdagen i ens familieliv. Der er skrevet en masse emner- f.eks. tøj, venner eller tv. Skiftevis vælger en forælder et emne og placerer det enten som 'varmt' eller 'koldt' emne. Hvis emnet er 'varmt', er det, fordi det fylder meget i ens hjem. Det kan både være de emner, som fylder, fordi man har mange konflikter omkring dem eller det kan være ting, som fylder, fordi de godt kan lide dem. Man kan også skrive sine egne emner.

Fremgangsmåde:

1. Sæt forældre sammen, og forklar dem aktiviteten. De skal beskrive, hvad som fylder i deres familieliv. Understreg, at det ikke kun er de ting, som kan give dem udfordringer, men kan også være ting, som man i familien bruger meget tid på.
2. En forælder starter med at vælge et emne og placerer det der, hvor de synes, det passer på linjen mellem koldt og varmt. I dette tager de udgangspunkt i deres eget familieliv.
3. De andre forældre byder nu ind med deres perspektiver, det kan enten være, at det slet ikke fylder i deres hjem eller også fylder meget.
4. Forældrene placerer skiftevis et valgt emne på spektrummet.
5. Tag et billede af, hvordan forældrene placerer deres emner.

Læringsmål:

- Italesætte hvilke emner som fylder meget i deres liv.
- At give et indblik i forældrenes overvejelser om deres familie- og hverdagsliv.
- At få sparring med andre forældre om de ting, som fylder i deres familieliv.

Kolde og varme emner i familien



Følelser	Højtider
Fødselsdage	Konflikter
Venner	Sociale medier
Familie	Forældre
Ferier	Mobiltelefoner
Skærmtid	Bøger

Uddybende spørgsmål:

- Var det svært at placere dette emne? – hvorfor?
- Hvornår kan det fylde meget derhjemme?
- Kan du huske en situation, hvor I blev uvenner over det? Hvad skete der i den situation?
- Hvordan tror du dine børn har det med det emne?

Rammer og strukturer i familien

Hverdagsdilemmaer

For hvem: Forældre
Tid: 30-45 min.
Materialer: Dilemmakort

Beskrivelse:

I denne dilemmaøvelse præsenteres forskellige situationer som kan opleves i et familieliv. Det er ikke nødvendigvis situationer, forældrene har oplevet i deres eget familieliv. I fællesskab reflekteres over mulige handlinger, der kan løse dilemmaer, og de forskellige fordele og ulemper ved forskellige handlinger. Til hvert dilemma er der også givet bud på mulige løsningsforslag. I dilemmaøvelsen udforskes børnenes perspektiv og den gensidige dialog i situationen.

Fremgangsmåde:

1. Præsenter for forældrene, at I nu skal arbejde med forskellige hverdagsdilemmaer - understreg, at det ikke nødvendigvis er situationer, som de selv har oplevet i deres hverdagsliv.
2. Det gælder ikke om at finde 'rigtige' eller 'forkerte' handlinger, men derimod om at diskutere, hvad der kan være årsagen til situationer og fordele og ulemper ved de forskellige handlemuligheder. Samtidig hvad der kan udfordre handlinger i situationen.
3. Læs første dilemma højt.
4. Lad forældrene dele deres refleksioner omkring måder at løse dilemmaerne på.
5. Hvis de vælger 'andet forslag', så lad dem præsentere det.
6. Lad forældrene spørge ind til hinanden og eventuelt, hvor de er enige eller uenige.
7. Forsæt med de andre dilemmaer.

Læringsmål:

- Udforske og udfordre egne og andre perspektiver på hverdagsrutiner, -konflikter og -situationer.
- At reflektere mulige handlinger og løsninger på de forskellige dilemmaer.
- At få mulighed for at perspektivere situationer til eget hverdagsliv.

Dilemma A

Du oplever til et skolearrangement, at et en klassekammerat i dit barns klasse ikke deltager i arrangementet med de andre børn. Du oplever ikke at dit eget barn kontakter klassekammeraten, hverken i skolen eller udenfor skolen. Du vil gerne hjælpe klassekammeraten, men er i tvivl om hvordan. Hvad kan du gøre?

Dilemma B

Du vil gerne have at dit barn begynder til en aktivitet eller sport i fritiden, men dit barn har ikke lyst. Du synes, at dit barn bruger alt for lang tid på at spille på computeren, og du tror, at det er derfor dit barn ikke vil gå til en fritidsaktivitet. Hvad kan du gøre?

Uddybende spørgsmål

- Hvilke fordele ser du ved den handling?
- Kan der være ulemper ved den handling?
- Hvorfor synes du, det er den bedste handling?
- Hvordan tror du, at barnet oplever situationen?

Rammer og strukturer i familielivet

En god hverdag som familie

For hvem: Forældre

Tid: 45 min.

Materialer: Udklippede billeder, papir, kuglepenne og post-its

Beskrivelse:

Aktiviteten består af 3 runder, hvor forældrene kan italesætte betydningen af hverdagens rammer og strukturer i familielivet. Forældrene skal først vælge et billede, der viser, hvad de er gode til som familie og dele deres erfaringer. Dernæst vælger de et billede, der viser, hvad de gerne vil blive endnu bedre til som familie og dele deres refleksioner omkring dette. Til sidst skal de samarbejde om at lave en liste over, hvordan de oplever en god hverdag som familie - det kan f.eks. være, at de beskriver en god morgen for dem som familie.

Fremgangsmåde:

1. Præsenter for forældrene, at I nu skal arbejde med forskellige hverdagsdilemmaer - understreg, at det ikke nødvendigvis er situationer, som de selv har oplevet i deres hverdagsliv.
2. Det gælder ikke om at finde 'rigtige' eller 'forkerte' handlinger, men derimod om at diskutere, hvad der kan være årsagen til situationer og fordele og ulemper ved de forskellige handlemuligheder. Samtidig hvad der kan udfordre handlinger i situationen.
3. Læs første dilemma højt.
4. Lad forældrene dele deres refleksioner omkring måder at løse dilemmaerne på.
5. Hvis de vælger 'andet forslag', så lad dem præsentere det.
6. Lad forældrene spørge ind til hinanden og eventuelt, hvor de er enige eller uenige.
7. Forsæt med de andre dilemmaer.

Læringsmål:

- At skabe et refleksions- og sparringsrum blandt forældrene ud fra situationsbilleder.
- At få forældrene til at italesætte, hvilken betydning rammer og strukturer har for familielivet.



Uddybende spørgsmål

- Hvilke morgen- og aftenrutiner har I derhjemme?
- Hvad kan være svært/udfordrende om morgenen og om aftenen?
- Hvornår har I en god morgen som familie?
- Hvornår har I en god aften som familie?

Rammer og strukturer i familielivet

Historier om venner og relationer (Dilemmaer)

For hvem: Børn

Tid: 20-30 min.

Materialer: Kort med historier

Beskrivelse:

I denne aktivitet skal børnegruppe reflektere over køn, venner og relationer. Der præsenteres historier, der omhandler børn, som oplever forskellige dilemmaer. Det kan både være ting, som sker i skolen eller derhjemme. Historierne skal hjælpe med at skabe refleksion og handling hos børnene omkring forskellige situationer. Det er også en snak om, hvordan man kan hjælpe hinanden og ens venner. Der er historier til de yngste og de ældre børn.

Fremgangsmåde:

1. Fordel børnegruppe i mindre grupper (3-4 i hver gruppe).
2. Fortæl dem, at du nu læser nogle små historier højt og at de handler om køn og hvordan man er gode venner.
3. Husk dem på, at der ikke er ét rigtigt svar, og at der godt kan være flere måder at hjælpe.
4. Læs en historie højt, og evt. forslagene til handlemuligheder (Lad evt. børnene læse dem højt for hinanden).
5. Giv alle mulighed for at svare.
6. Stil uddybende spørgsmål.

Læringsmål:

- Børnene kan give eksempler på, hvad man kan gøre, hvis man oplever, at ens egne eller andres grænser bliver overskredet
- Børnene kan reflektere over fordele og ulemper ved forskellige handlemuligheder

Historie 1

I frikvarteret spiller nogle drenge fra klassen fodbold i skolegården. Yasmin spørger, om hun må være med. En af drengene råber: "Fodbold er ikke for piger" og spiller videre. Hvad skal Yasmin gøre?

Historie 2

Bilal og Gustav er gode venner og går også i klasse sammen. En aften skriver Bilal en besked til Gustav om, at han er blevet vild med en fra deres klasse, og at han ikke ved, om han skal sige det til personen. Dagen efter i skolen finder Bilal ud af, at Gustav har taget et screenshot af beskeden og lagt det op i en gruppechat for andre, der også går i klassen. Nu ved alle det, og det bliver Bilal ked af.
Hvad skal Bilal gøre?

Uddybende spørgsmål

- Hvorfor synes I, at den handlemulighed er den bedste?
- Hvad tror I, der sker, hvis man vælger denne handlemulighed?
- Er der noget, der ikke er så godt ved denne handlemulighed?

Rammer og strukturer i familielivet

Søskendekonflikter i hjemmet

For hvem: Forældre

Tid: 40-50 min.

Materialer: Billedkort med situationer

Læringsmål:

- At forældre får mere viden om søskendekonflikter, og hvordan de kan bidrage til at afhjælpe konflikter.
- At de sparre med andre forældre og får indblik i andre familiers hverdag.
- At forældrene reflektere over egne måde at gribe konflikter an på, og bliver bevidste om børnenes perspektiver og følelser i konfliktsituationer

Beskrivelse:

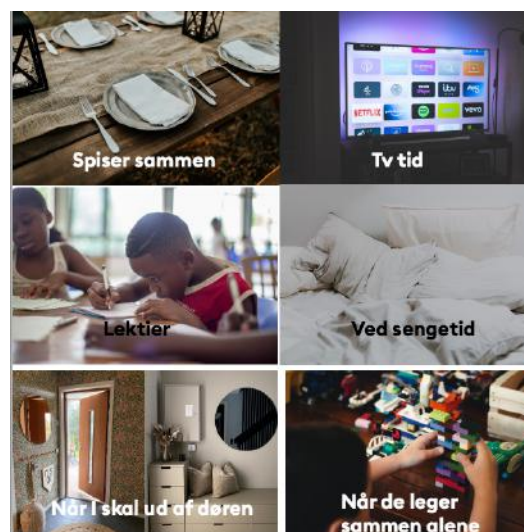
I denne aktivitet skal forældrene arbejde med konflikter mellem søskende i hjemmet, hvordan man kan gribe dem an og måske forebygge dem. Det er vigtigt at understrege, at mange (alle) familier oplever konflikter. I denne aktivitet skal forældrene hjælpe og støtte hinanden i at navigere og mediere i konflikterne, da disse søskendekonflikter har betydning for både familiens og barnets trivsel. Aktiviteten er udformet på baggrund af den forskningsbaserede metode om 'mediering', hvor forældrene skal mediere i søskendekonflikterne (Siddiqui og Ross, 2004).

Aktiviteten har to runder, og forældrene deler deres egne erfaringer med konflikter. I den første runde vælges et situationsbillede, hvor de har oplevet en søskendekonflikt i hjemmet. I anden runde skal de nu skiftes til at besvare spørgsmålene på spørgsmålskortene.

Siddiqui, A., & Ross, H. E. (2004). Mediation as a method of parent intervention in children's disputes. *Journal of Family Psychology, 18*(1), 147-159. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.18.1.147>

Fremgangsmåde:

1. Præsenter aktiviteten og tidsrammen, men understreg at mange (alle) familier oplever konflikter. Det handler om at reflektere over årsagen til konflikter og om de måske kan forebygges, eller om de kan finde nye måder at løse konflikterne på.
2. Runde 1: Læg de forskellige billeder på bordet. Billederne viser forskellige hverdagssituationer, hvor der kan opstå konflikter. Nu skal forældrene tænke på en særlig konflikt, og hvor den har fundet sted, og vælge et billede, hvor konflikten fandt sted.
3. Når alle forældre har valgt et billede, så sætter de sig sammen med andre, der har valgt samme billede. De skal gerne være mellem 2-3 i hver gruppe, er der flere kan man med fordel opdele i mindre grupper. Hvis der er nogle der sidder alene, så flyttes de til en gruppe.
4. Runde 2: Læs spørgsmålene højt, og giv et spørgsmålskort til hver gruppe. Nu skal de i gruppen besvare spørgsmålene.
5. I mens de besvare spørgsmålene stilles uddybende spørgsmål.



Uddybende spørgsmål

- Hvorfor synes I, at den handlemulighed er den bedste?
- Hvad tror I, der sker, hvis man vælger denne handlemulighed?
- Er der noget, der ikke er så godt ved denne handlemulighed?

Leg og læring i familien

Naturbingo

For hvem: Familien

Tid: 30-40 min.

Materialer: Bingoplader og blyanter til at strege ud med

Beskrivelse:

Naturbingo går ud på at finde alle tingene på ens bingoplade. På bingopladerne er der ting, man kan finde i sit lokalområde og naturen. Alle familiemedlemmer får en naturbingoplade og en blyant. Familierne skal nu lede efter de forskellige ting. Det kan f.eks. være, at de skal finde en grankogle eller en cykel. Det er flot, hvis de kan finde alle tingene, men det er også svært, så husk at fortælle, at man ikke nødvendigvis kan finde alle tingene.

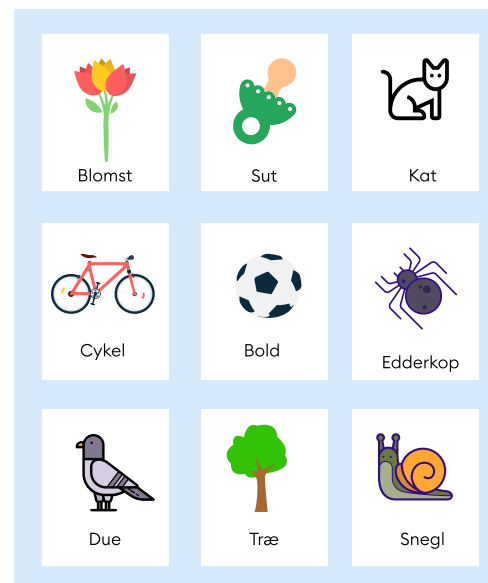
Fremgangsmåde:

1. Fordel bingoplader og blyanter. Alle familiemedlemmer skal have.
2. Præsenter, at nu skal I lave naturbingo i deres lokalområde, og det gælder om at finde de ting, der er på ens bingoplade ude i naturen. Når man har fundet tingene, så kan man krydse den af.
3. Sig, at familierne skal blive i lokalområdet, så de ikke går for langt væk.
4. Man går sammen med sin familie eller sammen med en frivillig – men ingen børn skal gå alene.
5. Husk at sige, hvor og hvornår I mødes igen, og at det er vigtigt at hele familien følges, så ingen bliver væk.
6. Lad familierne gå rundt og finde tingene.
7. De frivillige fordeler sig mellem de forskellige familier.
8. Sørg for, at alle familierne kommer tilbage igen.

Læringsmål:

- At undersøge den lokale natur og ens lokalområde.
- Styrkelse af sproget.
- At lave en hyggelig aktivitet med sin familie.

Naturbingo



Leg og læring i familien

Labyrinten

For hvem: Familien

Tid: 30-60 min.

Materialer: Kridt eller malertape, ark til gamemaster med labyrintens rute

Beskrivelse:

Aktiviteten handler om at få alle gennem labyrinten. Der tegnes 6*6 felter med kridt. Der udvælges en gamemaster, som får udleveret et ark med labyrintens rute. I labyrinten kan man gå frem, tilbage eller skråt, men man kan ikke springe felter over. Familierne får 2 minutter til at lægge en strategi. På skift træder man ind på et felt. Hvis feltet er korrekt, må man gå til et nyt felt. Hvis feltet er forkert siger gamemasteren 'bip', og man skal gå baglæns tilbage.

Fremgangsmåde:

1. Forklar familierne, at de skal lave en labyrint på 6*6 felter med kridt.
2. Udvalg en gamemaster og udlever arket med labyrintens rute.
3. Forklar, at man går frem, tilbage eller skråt, men at man ikke må springe felter over.
4. Familierne får 2 min. til at lægge en strategi, så de kan hjælpe hinanden gennem labyrinten. Det handler ikke om at være hurtigst, men om at samarbejde.
5. På skift træder en ind på et felt. Hvis det er et korrekt felt, må man gå til et nyt felt. Hvis feltet er forkert siger gamemasteren 'bip', og man skal gå baglæns ud fra labyrinten gennem de rigtige felter.
6. Bed personen om at stille sig om bag i køen og lad næste person træde ind i labyrinten. Når man har fundet labyrintens rute, står vedkommende ved gamemasteren.
7. Guid herefter på skift de andre igennem labyrinten.

Læringsmål:

- At samarbejde om at lave en labyrint.
- At afprøve kommunikationsstrategier for at hjælpe hinanden gennem labyrinten.



					Start
					X
			X		X
		X		X	
		X			
	X				
X					
Mål					

Variation:

- Man må ikke tale sammen under øvelsen, men kun bruge kropssprog.
- Børnene kan tegne en ny og mere udfordrende rute og være gamemaster.

Leg og læring i familien

Have-skattejagt

For hvem: Børn eller hele familien

Tid: 20-30 min.

Materialer: Holdkort, skattekort, præmie, æble, målebånd og poster.

Beskrivelse:

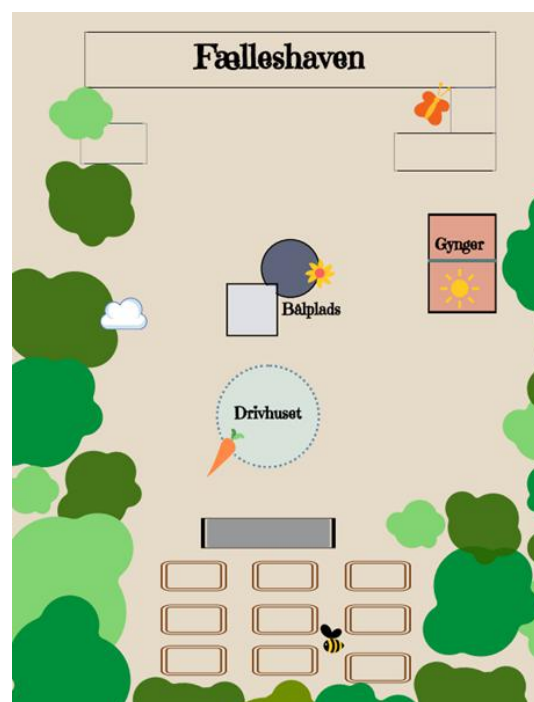
Have-skattejagten er en skattejagt, der laves i Fælleshaven i Tingbjerg. Det er en skattejagt, hvor man med sit hold løser forskellige opgaver og poster. Det kan f.eks. være 'balancér med et æble på hovedet' eller løs denne ordrebuss. Alle hold får et skattekort og et holdkort. Holdkortet viser, hvilken rute man skal følge, f.eks. kan man gå fra 'sol' til 'bi' til 'gulerod'. På skattekortet kan man se, hvor de forskellige poster er placeret i Fælleshaven. Det handler ikke om at komme først tilbage til mødestedet, men at alle får lov til at være med.

Fremgangsmåde:

1. Inden familierne kommer, gemmes de forskellige poster, så de passer med den lokation, som er vist på skattekortet.
2. Aftal et mødested, hvor alle mødes, når de har klaret deres poster.
3. Fordel i mindre hold omkring 2-6 personer på hvert hold.
4. Alle hold får et skattekort og et holdkort.
5. Hvert hold følger deres rute på skattekortet og løser alle opgaverne.
6. Sørg for, at alle får mulighed for at løse opgaverne.
7. Når alle poster og alle opgaver er løst, mødes man på det aftalte mødested. Her får alle børn en lille skat.

Læringsmål:

- Styrke sammenholdet i børnegruppen og etablere et socialt fællesskab.
- Styrkelse af børnenes motoriske og kognitive kompetencer gennem leg.



Leg og læring i familien

Bodyguard

For hvem: Familien
Tid: 20-30 min.
Materialer: En bold

Læringsmål

- At vise vigtigheden af et stærkt fællesskab.
- At hjælpe og støtte hinanden.

Beskrivelse:

I denne leg skal man forsøge at ramme 'superstjernen' med en bold. 'Bodygarden' forsøger at forhindre, at 'superstjernen' bliver ramt ved at blokere for bolden. Spørg i gruppen, om der er to, der kunne tænke sig at starte med at stå i midten af cirklen. De får fordelt rollerne som enten 'superstjerne' eller 'bodyguard.' Det er okay at ramme 'bodygarden' undervejs. Man kan evt. aftale kun at kaste underhånd.

Fremgangsmåde:

1. Stå i en cirkel.
2. Vælg en bodyguard og en superstjerne.
3. Forklar, at aktiviteten går ud på at kaste bolden ind og ramme superstjernen, men at bodygarden skal forsøge at forhindre, at superstjernen bliver ramt. Det er okay at ramme bodygarden undervejs.
4. Alle i cirklen skal samarbejde om at kaste bolden rundt mellem hinanden og forsøge at ramme superstjernen.
5. Lad superstjernen og bodygarden være i midten i ca. 3-5 min. og vælg derefter to nye, som skal gå ind i midten, eller skift når superstjernen er blevet ramt.
6. Lad aktiviteten fortsætte indtil alle, der har lyst, har været inde i cirklen.



Leg og læring i familien

Skattejagt

For hvem: Familien og børn

Tid: 30-45 min.

Materialer: Skattejagt med poster, rekvisitter og præmie som skat

Beskrivelse:

Skattejagten har 22 poster, hvor man får en ledetråd til næste post, men I vælger selv hvilke og hvor mange poster, I vil bruge. Skattejagten kan tilpasses målgruppen og den tidsmæssige horisont. Det er nemt at ændre rækkefølgen på posterne, så de passer til stedet, hvor skattejagten skal foregå, og de materialer, I har til rådighed. Vælg skattejagten poster på forhånd. Post 22 fører hen, hvor skatten er gemt. Til visse poster er der brug for rekvisitter, som står skrevet på listen.

Fremgangsmåde:

1. Udvælg de passende poster til målgruppen og længden af skattejagten.
2. Find de nødvendige rekvisitter frem, som skal bruges til de udvalgte poster, og gør dem klar på forhånd.
3. Gem skatten et sted, hvor post 22 skal føre familierne hen til sidst, så de kan finde skatten.
4. Forklar familierne, at de skal samarbejde om at løse opgaverne for at finde frem til den næste ledetråd og skatten til sidst.
5. Vælg et startsted, hvor familierne får udleveret første post.
6. Guid familierne og støt dem i processen med at løse opgaverne.

Læringsmål:

- At samarbejde om at løse skattejagten poster.
- At skabe et fællesskab for familierne med fokus på leg og læring.

Rekvisitter:

- Sytråd/snor (post 3, 7)
- Alfabettabellen nedenfor, skriv ud og klip ud (post 4)
- Kridt til at tegne fodspor (post 6)
- Spand med vand (post 9)
- Glaskrukke med tætsluttende låg (post 9)
- Lille æske eller krukke (post 11)
- Lille spejl eller refleks (post 15)
- Lommelygte (post 15)
- Balloner (post 20)
- 2 telefoner, en til at ringe fra, en til at gemme (post 22)

Leg og læring i familien

Bingo med dyr

For hvem: Familien og børn

Tid: 45-60 min.

Materialer: bingoplader, dyr til at trække, kontrolplade og evt. små præmier (chokolade eller lignende).

Beskrivelse:

Bingo med dyr er ligesom normal bingo med tal, men i stedet for at trække mellem 1-99 tal, er der lavet plader med dyr.

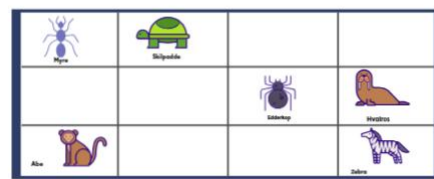
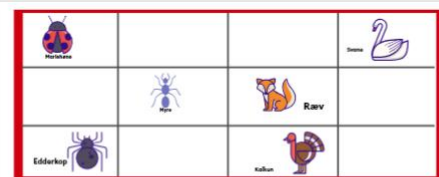
Den aktivitet giver bedre mulighed for at alle kan deltage både de yngste og forældre. Bingo med dyr kan laves med hele familien eller med børnegruppen.

Fremgangsmåde:

1. Alle får en bingoplade.
2. Oplæseren trækker et dyr fra 'posen', læser det højt og lægger det på kontrolpladen.
3. OBS: man kan evt. give et barn lov til at hjælpe med oplæsningen.
4. Sørg for at dyret også bliver vist rundt i lokalet, så de, der ikke kender navnet på dyret også kan være med.
5. Man kan spille tre runder, hvor det gælder om at få 1 række, derefter 2 rækker og til sidst fuld plade.
6. Når en spiller har fået enten 1 række, 2 rækker eller fuld plade råber spilleren BINGO - det er muligt at flere har bingo på samme tid, da pladerne kan gå igen, hvis man er mange, der spiller.
7. Prøv evt. variationen med omvendt bingo.

Læringsmål:

- At skabe et fællesskab for familierne med fokus på leg og læring.
- En aktivitet som alle har mulighed for at deltage i.



Variation: Omvendt bingo

- En anden måde at lave bingo på er omvendt bingo. I denne omgang gælder det om ikke at have dyrene, der trækkes på ens bingoplade.
- Alle står op på gulvet eller på deres stol.
- Oplæseren trækker de forskellige dyr og læser dem højt.
- Hvis man har det dyr, der læses højt skal man sætte sig ned på sin stol.
- De 2-4 spillere der står op til sidst har vundet.

Skole-hjem-samarbejde

Aula

For hvem: Forældre

Tid: 30-35 min.

Materialer: Forældreportrætter om Aula, Aula-plakat med fokus på barnets læring og trivsel, post-its og kuglepenne

Beskrivelse:

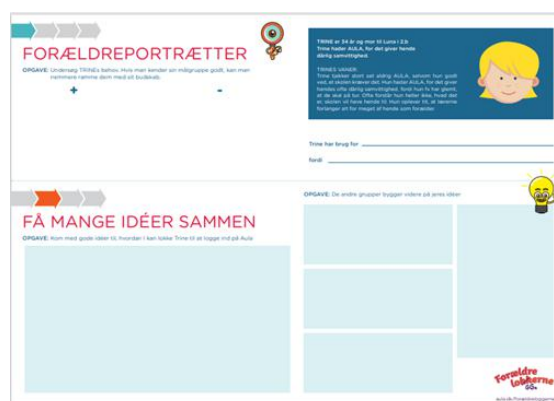
I denne aktivitet skal forældrene få et bedre kendskab til Aula som kommunikationsplatform. I aktiviteten introduceres forældrene til forskellige forældertyper på Aula, kaldet forældreportrætter. Det kan f.eks. være den 'pligtopfyldende forældre'. Ud fra forældreportrætterne deles erfaringer om, hvordan de oplever skole-hjem-samarbejdet. Aula-plakaten skal bruges til at facilitere en samtale om, hvordan og hvorfor kommunikationen på Aula er vigtig. Forældrene skal også komme med idéer til, hvad der vil styrke deres kommunikation på Aula.

Fremgangsmåde:

1. Læs forældreportrætterne om Aula højt.
2. Lad herefter forældrene vælge det forældreportræt, som de bedst kan spejle sig i.
3. Spørg forældrene, om de har lyst til at dele deres erfaringer om, hvordan de bruger og kommunikerer på Aula, samt hvordan de oplever skole-hjem-samarbejdet.
4. Vis forældrene Aula-plakaten og drøft ud fra denne, hvorfor Aula er en vigtig kommunikationsplatform for at støtte op deres børns læring og trivsel.
5. Udlevér post-its og kuglepenne til forældrene og forklar, at I skal lave en fælles brainstorm over, hvad der vil styrke deres kommunikation på Aula.
6. Spørg nysgerrigt ind til forældrenes idéer.
7. Gem forældrenes post-its.

Læringsmål:

- At sparre med andre forældre om skole-hjem-samarbejdet på Aula.
- At give forældrene bedre kendskab til Aula.



Uddybende spørgsmål:

- Hvad bruger du Aula til?
- Hvad fungerer godt på Aula?
- Hvad synes du, kan være svært/udfordrende på Aula?
- Hvis du skulle give et råd videre til andre på Aula, hvad skulle det være?

Skole-hjem-samarbejde

Cases om skolelivet

For hvem: Forældre

Tid: 40-60 min.

Materialer: Cases om skoleliv

Beskrivelse:

I denne aktivitet skal forældrene reflektere over egen rolle i deres børns læring i skoleregi. Barnets udvikling af sproglige og matematiske kompetencer kan af nogle forældre ansues som læring, der kun forekommer i skolens læringsrum. Aktiviteten arbejder med forældrenes betydning for denne læring, og hvordan hjemmets læringsrum kan styrke udviklingen af læring i skoleregi. Der fokuseres på, hvordan forældrene kan støtte deres børn og deres læring særligt, når barnet møder udfordringer. Ligesom der arbejdes med, hvordan de med høje og positive forventninger til barnet kan bidrage til at styrke barnets selvtillid og lyst til læring.

Fremgangsmåde:

1. Forældrene sidder i grupper med 4-5 i forældre i hver gruppe.
2. Forklar at aktiviteten handler om deres betydning for at støtte deres børns læring i skolen, og at de har ca. 40 min. til at diskutere de forskellige cases.
3. Præsenter, at I nu skal diskutere tre forskellige cases, hvor et barn oplever udfordringer i forhold til dets læring i skolen.
4. Forældrene skal nu diskutere, hvad de ville gøre i denne case for at løse disse udfordringer og forebygge lignende.
5. Der er mange forskellige måder at gribe casen an på, og de skal ikke lede efter et 'rigtig' svar.
6. Sørg for, at alle forældre får mulighed for at deltage og stil uddybende spørgsmål.

Læringsmål:

- At forældrene er bevidste om betydningen af deres støtte og egen rolle i forhold til barnets læring i skoleregi.
- At styrke forældrenes strategier i at arbejde med positive og høje forventninger til deres børns uddannelse og læring.

Case B

Du får en besked fra dit barns klasselærer på Aula. Der står, at dit barn ikke rækker hånden op i timen og ikke deltager aktivt i timerne. Du ved, I har forberedt jer hjemmefra. Hvad kan du gøre?

Uddybende spørgsmål:

- Hvad er grunden til, at du ville løse casen sådan?
- Overvejede du andre mulige løsninger?
- Hvad kan være fordele/ ulemper ved den løsning?
- Hvad kan man gøre, hvis ens barn ikke vil have hjælp?

Tjek-ind og tjek-ud

For hvem: Familie
Tid: 10 min.
Materialer: En bold

Beskrivelse:

Denne aktivitet er en del af den gode velkomst for alle familier og frivillige. Forinden spørges f.eks. børnene om, de har forslag til spørgsmål, der kan stilles. Alle stiller sig i en rundkreds. Den, der starter med bolden, præsenterer sig ved navn og stiller et spørgsmål, som alle skal svare på. Det kan f.eks. være 'hvad har du lavet af sjove ting siden sidst?' eller 'hvad er det bedste ved din familie?'. Herefter kastes bolden videre til en af de andre, som ligeledes fortæller sit navn og svarer på spørgsmålet. Sådan fortsætter det, indtil alle har præsenteret sig. Hvis man synes, det er overvældende at sige sit navn foran alle, må man gerne hjælpe hinanden.

Ved tjek-ud kan spørgsmålet være: 'hvad har været sjovest i dag?' eller 'skal du noget med din familie, som du glæder dig til?'. Ved tjek-ud behøver man ikke sige sit navn.

Fremgangsmåde:

1. Forinden spørges der om, der er nogle, som har ideer til spørgsmålet.
2. Der laves en rundkreds, så alle er synlige.
3. Der er en der starter med bolden, som siger sit navn og svarer på spørgsmålet.
4. Herefter kastes bolden videre til en af de andre.
5. Dette gentages, indtil alle har præsenteret sig.

Læringsmål:

- At lære hinanden bedre at kende og herved at opbygge et trygt rum.



Variation:

Hvis man vil fokusere på, at alle lærer hinandens navne, kan man med fordel lave denne variation af tjek- ind:

1. Man står i en rundkreds, og alle siger deres navn højt.
2. Når man nu kaster bolden, skal man sige sit eget navn og navnet på den, man kaster til.
3. Det kan også være, at man gør det endnu sværere, hvor alle skal sige navnet på dem, der har haft bolden før en selv.

Andre aktiviteter

Inspiration til aktiviteter

For hvem: Familien

Tid: Minimum 15 min.

Materialer: En bold, brætspil, kreating, bål

Udendørsleg

- Fangeleg
- Gemmeleg
- Ståtrold
- Kongespil
- Stigegolf
- Dåseskjul

Boldspil

- Stikbold
- Bodyguard
- Høvdingebold

Brætspil

- Vildkat
- Alias
- Kalaha
- Hvem er hvem
- Klodsmajor
- UNO

Krea

- Collage
- LEGO
- Oliekridt
- Skabeloner
- Klippe/Klistre
- Vandfarver

Bål

- Snobrød
- Skumfidusser
- Popcorn
- Pandekager
- Æbler i folie
- Varm kakao

Hvordan hjælper PLIF?

PLIF etablerer lokale familiegrupper, hvor familier mødes og sammen udveksler erfaring og sparring om familiens læring og udfordringer i hverdagslivet. Der skabes et sparringsfællesskab mellem familier i lokalområdet. Her opbygges trygge og stærke relationer, hvor alle får mulighed for at dele og deltage ud fra egne præmisser. Dette opnås gennem en fast struktur på familiegruppens forløb og med fokus på at møde og inkludere alle i aktiviteterne.

I **familiegruppen** faciliterer frivillige dialogbaserede og handlingsorienterede aktiviteter, der styrker familiens udgangspunkt for sammen at skabe et godt familieliv med fokus på barnets udvikling, trivsel og læring.

Følgende emner berøres:

- Trivsel i familien
- Rammer og strukturer
- Leg og læring
- Det digitale liv
- Skole-hjem-samarbejde

Hvem hjælper indsatsen?

Målgruppen er familier i udsatte livspositioner med børn omkring indskolingsalderen, der ønsker at støtte op om børnenes udvikling, trivsel og læring.

I PLIF Familiegrupper deltager forældre, der vil have mere viden og flere redskaber til at understøtte deres børns udvikling, trivsel og læring.



**Fonden for
Socialt Ansvar**

PLIF er en indsats i
Fonden for Socialt Ansvar

**DEN A.P. MØLLERSKE
STØTTEFOND**

PLIF er støttet af Den A.P.
Møllerske Støttefond

Trivsel i familielivet

Tankesæt

For hvem: Forældre

Tid: 30 min

Materialer: Kort med udsagn og tankesæt

Beskrivelse

Forældrene skal i denne aktivitet matche udsagn efter, om de tror, at det passer til det åbne eller lukkede tankesæt. Det åbne og lukkede tankesæt har betydning for vores mestringsevne, læring og trivsel. Man udtrykker f.eks. "det kan jeg ikke finde ud af" eller "jeg synes det er pinligt at fejle", når man har et lukket tankesæt. Hvorimod i det åbne tankesæt er der fokus på udviklingspotentialer, hvor fejl ses som justerbar læring. Her kan man udtrykke "jeg lærer af mine fejl" eller "det kan jeg ikke, endnu". Forældrene kan dele deres erfaringer og introduceres for strategier til at arbejde med det åbne tankesæt.

Fremgangsmåde:

1. Forklar forældrene, at man kan have et åbent og lukket tankesæt, som kan have betydning for, hvordan vi opfatter vores mestringsevne, læring og trivsel, hvilket kan hæmme eller styrke børns læring og trivsel.
2. Læg udsagnskort ud på bordet.
3. Forklar forældrene, at de skal matche udsagnene efter, om de tror, at det passer til enten det åbne eller lukkede tankesæt.
4. Spørg nysgerrigt ind til, hvorfor forældrene har placeret kortene under enten det åbne eller lukkede tankesæt.
5. Gennemgå udsagnene med forældrene, og de får mulighed for at bringe deres egne familieerfaringer i spil i forhold til det åbne og lukkede tankesæt.
6. Introducer forældrene for strategierne i det åbne tankesæt og tal om, hvordan man kan arbejde med dem i familien.

Læringsmål:

- At forældre lærer, hvad et åbent og lukket tankesæt er, og hvilken betydning de har for deres børns læring.
- At give forældrene strategier til at arbejde med det åbne tankesæt.

Strategier til at arbejde hen mod et åbent tankesæt

- Det kan du ikke endnu
- Fejl er noget, man lærer af
- Udfordr dig selv og dit barn ved at gøre noget, som du ikke kunne i forvejen eller turde gøre før
- Ros processen - ikke personen eller præstationen

Udsagn om et: Åbent tankesæt

Det kan jeg ikke *endnu*

Jeg lærer af mine fejl

Udsagn om et: Lukket tankesæt

Det kan jeg ikke finde ud af

Jeg synes det er pinligt at lave fejl

Uddybende spørgsmål

- Kan du give et eksempel på en situation, hvor du har haft en åbent eller lukket tankesæt?