

Håndbog til trivselsrådene på Stjærskolen



August 2017

Indholdsfortegnelse:

Formål	3
Hvorfor trivselsråd?	3
Hvad er trivselsrådenes opgave?	4
0. klasse	5
1. klasse	6
2. klasse	7
3. klasse	8
4. klasse	9
5. klasse	10
6. klasse	11
7. klasse	12
8. klasse	13
9. klasse	14
Ideer til sociale arrangementer	15
Tips, tricks og gode råd	16
Links	16

Formål

Formålet med denne folder er at beskrive trivselsrådenes opgave og give inspiration til, hvordan man på hvert klassetrin kan arbejde for den gode trivsel. Den giver bud på relevante temaer at tage op på de enkelte klassetrin, forslag til aktiviteter samt tips og tricks.

Folderen er opstået med udgangspunkt i en workshop, hvor ca. 50 forældre fra Stjærskolen deltog, og sammenskrevet af skolebestyrelsen.

Hvorfor trivselsråd?

Alle har interesse i, at vores børn trives, og vi ved, med vores sunde fornuft, at det er helt centralt og vigtigt. Forskning viser, at det netop er børnenes oplevelse af skoledagen og de holdninger og værdier, der kommer på plads via arbejdet i skolen, der har den altafgørende betydning for, at barnet får et godt liv.

Et godt trivselsråd fremmer den gode åbne dialog mellem forældre, som er så vigtig når der skal tales om aktuelle (og nogle gang svære) emner vedrørende børns trivsel og udvikling.

Et godt socialt klima er et centralt forebyggelselement.

I de klasser, hvor der er et godt socialt klima, er der også mindre risikoadfærd og elevernes læringsevne forbedres.

På Stjærskolen vil vi gerne sætte fokus på vigtigheden af trivsel.

Det gode sociale klima er dybt afhængigt af de mennesker, der omgiver klassen, herunder i særdeleshed forældrene.

Forældrenes evne og vilje til at stå sammen om klassen og bruge hinanden som netværk er altafgørende.

Et godt forældre-netværk tager ansvar for hinandens børn og vil samarbejde omkring hinandens børn.

Forskningen viser at børn ikke mobber hinanden hvis forældrene kender hinanden

Godt fællesskab blandt forældre, giver gode børnevenskaber

Hvad er trivselsrådenes opgave?

Der vælges et trivselsråd i alle klasser ved årets begyndelse. Trivselsrådet vælges for et år ad gangen.

Formålet er, at..

- Samarbejde med klassens lærere om at skabe en god og rummelig klassekultur, som fremmer trivsel og skaber et godt fællesskab for alle
- Medvirke til at der etableres et godt fællesskab blandt forældrene i klassen.

Der er meget frie rammer for, hvordan opgaven løses, og ethvert trivselsråd skal finde deres egen måde at løse opgaven på. De næste sider er ment som inspiration til Trivselsrådene. Rigtigt mange af de forslag der ligger til de forskellige klassetrin kan bruges på mange årgange. Man kan derfor godt søge inspiration ved andre klassetrin.

Opgaver kan bl.a. være, at:

- Arrangere fælles oplevelser/aktiviteter for klassens børn og forældre
- Samarbejde med klassens lærere omkring afholdelse af forældremøder
- Fremme forståelse for mangfoldighed som en styrke
- Italesættelse af konkrete problemstillinger eller orientere klasselæreren om aktuelle emner, der rører sig i forældregruppen.
- Have en opmærksomhed på, hvad der står i skolens '[Charter](#)' samt i '[Trivsels- og antimobbestrategien](#)'

På de følgende sider er forslag til temaer og drøftelser på de enkelte klassetrin. Det er tænkt som et opslagsværk og skal læses som inspiration og ikke som et krav der skal overholdes.

Indholdet bygger på Stjær-forældres input fra 0-9 kl.

I bunden af siderne er der plads til egne notater.

0. klasse

Temaer og traditioner på årgangen

- Udarbejdelse af en klassemappe med billeder af familien, kontaktoplysninger mv.
- Kammeratskab og venskaber
- Opbygning af forældrenetværk
- Skab sociale arrangementer i klassen med fokus på at lære hinanden at kende
- Opstarte legegrupper
- Overvej at starte en facebookgruppe for forældrene. Dette til de små hurtige beskeder

Drøftelser i forældrenetværket

Opbyg et forældrenetværk

Forældres kendskab til klassens børn og deres engagement i klassens liv styrker klassens trivsel markant - og forebygger konflikter, drilleri og mobning.

Fælles fødselsdagstraditioner

Fødselsdagstraditioner startes. Enten inviteres alle piger/drenge eller hele klassen. Der plukkes ikke. Det kan være en god idé at slå sig sammen og holde fødselsdag i perioder med mange fødselsdage. Inviter gerne forældrene til forældrekafe den sidste 1/2 time af fødselsdagen - det giver ofte en god snak og kendskab til hinanden.

Fødselsdagsgaver – god erfaring med en fælles ordning!

Fødselsdagsgaven købes af den elev, der lige har haft fødselsdag, og gives til den næste i rækken. Det kan anbefales at forhøre sig hos det pågældende barns forældre om eventuelle ønsker. Man får på den måde en større gave, i stedet for mange små - og gaven gives i skolen. Man er således uafhængig af, om man holder fødselsdag eller ej.

Bestem et fast beløb - f.eks. 10 kr pr barn (200 - 300 kr).

Se evt. mere her: <http://www.foraeldrefiduser.dk/f%C3%B8dselsdag>

Legegrupper - en mulighed hvis man vil

LEGE-grupper er en god ide. Grupperne kan evt. laves ved lodtrækning. Afstem forventninger ift. legegrupper. Se mere på www.skole-foraeldre.dk www.foraeldrefiduser.dk

Man kan lave en "Klassens bog"

Et opslagsværk med telefonnumre, adresser og billede af hele familien med forældre og søskende. Lav et par ekstra til evt. nye elever/ familier i klassen.

1. klasse

Temaer og traditioner på årgangen

- Justering og videreførsel af temaer i 0. klasse
- Brug af forældreintra/evt. facebookgruppe
- Legegrupper
- Forældre-arrangementer
- Klassekonto
- Pakkekalender til jul
- Fødselsdag <http://www.foraeldrefiduser.dk/f%C3%B8dselsdag>
- Regler i klassen

Drøftelser i forældrenetværket

Åbenhed og tillid i forældre kredsen

Fx. åbenhed omkring skilsmisser, sygdomme i familien, diagnoser eller hvis ens barn i en periode ikke trives? I hvilke situationer kan det være vigtigt for dig at få en åben og ærlig information? Eller give den?

Plads til forskellighed

Motivere eget barn til at interessere sig for alle i børnefællesskaberne. Vi er rollemodeller for vores børn. De identificerer sig med, iagttager og lærer af os.

2. klasse

Temaer og traditioner på årgangen

Trivsels-grupper/ lege-grupper/ kakao-grupper. Gerne med en kop kaffe ved afhentning. Sociale arrangementer

Forældrenetværk

Drøftelser i forældrenetværket

Mobiltelefon

Bliver måske relevant for nogen. Hvornår må man få en mobil? Hvor meget må mobilen bruges? Hvad må man med den i klassen?

Omgangstone og sprog

Hvordan sikrer vi en god tone i klassen? Meget kommer f.eks. fra youtube, engelske bandeord, som de faktisk ikke forstår, men bruger meget.

Skal vi arbejde på fælles regler om "klassens tone"? Er det i orden at rette på andres børn, når de bryder "den gode tone"?

4. klasse

Temaer og traditioner på årgangen

- Overnatning på skolen
- Åben hal. Alle på mellemtrinnet har mulighed for fri bevægelse i hallen i frikvarteret i vinterhalvåret.

Drøftelser i forældrenetværket

Hvad vi gør, hvis noget omkring børnene undrer os?

Hvad gør vi, når det går for vidt og vi opdager, at noget ikke fungerer?

"Kun for nogle"

Hvornår er det OK at invitere nogle og ikke alle?

Klassebogen

Trænger den til en opdatering?

Nye mobiltelefonnumre og nye i klassen?

5. klasse

Temaer og traditioner på årgangen

- Tal pænt til hinanden. Vær med til at sætte rammerne
- Legegrupper - skal det laves om til spisegrupper eller have et andet indhold / form.
- Tweens
- Sociale overdrivelser og flertalsmisforståelser ("alle andre gør .." og "alle andre må ..")
- Fødselsdagsgaver - er det stadig relevant at have en fælles ordning?

Drøftelser i forældrenetværket

Adfærd og sprogtoner

Opleves negativ adfærd og sprogtoner? Skal det håndteres? Skal vi som forældre sige fra over for andre folks børn - både i skolen og i hjemmet? Er det et generelt problem skal det evt. tages op i klassen.

Social pejling

"Alle andre gør .." og "Alle andre må .." Det er svært ikke at blive påvirket af, hvad vi tror andre gør. Men en ting er at tro, en anden ting er at vide. Emnerne kan være: pligter, mobiltelefon, lommepenge, sengetider, computertider osv.

Social pejling er en fordomsfri debat af konkrete eksempler, således der kan "pejles" ind på andre forældres grænser, holdninger og meninger og dermed give mulighed for inspiration til egen praksis og afklaring af, om man selv er for meget på "kant" i forhold til resten af forældregruppen.

Målet for Social pejling er ikke, at alle skal være ens eller have ens grænser.

På nettet

Hvilken adfærd har vores børn på nettet generelt i dag? Hvad foretager vores børn sig på nettet? Spil på nettet, hvilke og hvor længe? Sikker chat på nettet og god "netikette"? Se mere på www.sikkerchat.dk

6. klasse

Temaer og traditioner på årgangen

Klassetur til Bornholm

Stjærskolen har tradition for at lave en klassetur til Bornholm. I samarbejde med lærerne planlægger eleverne selv turen (madlavning i madgrupper, indkøb, økonomi, research ift. sightseeing, kultur og historie mv.) og det bruges aktivt i undervisningen op til turen.

Drøftelser i forældrenetværket

Indsamling af penge til Bornholm

Forældrene er med til at rejse penge til Bornholmturen (f.eks. salg af julekort). Overskuddet fra salget af mad- og drikkevarer fra cafeen til den årlige julefest går til turen. Indkøb og salg organiseres af 6. klasse og deres forældre. Spørg 7. klasse vedr. mængder og erfaringer omkring dette.

Spisegrupper (trivselsgrupper)

Skal vi oprette spisegrupper / madgrupper i klassen? Måske er børnene store nok til at arrangere det selv? Hæng f.eks. et stort skema op i klassen med trivselsgrupperne, så alle ved, hvem de er i gruppe med.

På nettet

Hvilken adfærd har vores børn på nettet generelt i dag? Hvad foretager vores børn sig på nettet? Spil på nettet, hvilke og hvor længe? Sikker chat på nettet og god "netikette"? Se mere på www.sikkerchat.dk

7. klasse

Temaer og traditioner på årgangen

- Konfirmation og Blå Mandag
- Teenage'er .. at tackle usikkerhed, få nye venner og sige nej til urimelige krav og stå ved din ret
- Overgang til udskolingen. Nye forventninger. Nye krav
- Klubben holder åbent tirsdag og torsdag aften for 7.-9. klasse

Drøftelser i forældrenetværket

Konfirmation og Blå mandag

Drøft med lærerne og forældrene, hvordan planlægningen skal foregå. Nogle gange forestår trivselsrådet planlægningen af Blå mandag - andre gange bruger lærerne det, som en lærende og demokratisk del af undervisningen. Oftest sker der i samarbejde. Eleverne kommer frem til et forslag som fremlægges for forældrene til godkendelse ift. økonomi og aktiviteter. Tjek eventuel klassekassens beholdning, om den kan dække nogle af omkostningerne til blå mandag.

Start gerne planlægningen i god tid! Gerne allerede ved skoleårets start, da de populære aktiviteter hurtigt bliver optaget. Koordiner med læreren omkring dette.

Nogle klasser har taget et klassebillede af klassen inden konfirmationen, som bliver lavet til et kort, hvor alle børn skriver på. Efterfølgende får hvert barn dette kort til konfirmationen, som en hilsen fra hele klassen + evt. en rose. Derved undgår man, at børnene giver gaver til nogle og ikke til andre, og hvem-skal-egentlig-have-diskussionen? Skal børnene ind til Århus er der gode erfaringer med at et hold forældre (evt. med udskiftning) sidder på en central cafe (f.eks. i Salling) og kan kontaktes, i det tilfælde at nogle bliver ked af det, bliver væk, mister sine ejendele mv.

Holdes der en fælles fest/spisning som afslutning på Blå mandag, så aftal et sluttidspunkt. Alle er død trætte, og det er rart for alle at vide, hvornår det slutter.

Aftal eventuelt en fælles opstilling af konfirmanderne før eller efter selve konfirmationen, hvor alle har mulighed for at tage billeder af dem, selvom der også tages et officielt billede på vegne af kirken.

8. klasse

Temaer og traditioner på årgangen

- Udveksling/udenlandsrejse. Klassen tjener penge til turen ved at stå i boden.
- Alkoholpolitik, rusmidler, fester og alkohol.
- Uddannelsesvejledning
- Kropssprog og signaler
- Konflikthåndtering og kommunikation
- Venner, solidaritet, ansvarlighed

Drøftelser i forældrenetværket

Udveksling

Udenlandsrejse med fokus på sprog, kultur og at kunne stå på egne ben hos en familie i udlandet. Inviter fx forældre der har prøvet udveksling før til et formøde, hvor de kan fortælle om deres erfaringer. Lav gerne en "brugermanual" med tips og tricks, især værdifuldt for de forældre, som ikke har prøvet udveksling før. En god ide er at arrangere fællesspisning og fælles hygge. Det virker godt. En anden god ide er at lave en fotobog fra udvekslingsugen til alle, også de hollandske elever. Danskerne havde så bogen med som gave til hollænderne.

Alkoholpolitik

Alkoholpolitik udarbejdes i samarbejde med SSP-læreren. Trivselsrådet kan evt. fremlægge et udkast. Eksempel ligger på nettet. Drøfte fælles retningslinjer ift. alkohol og rygning. Hvilke aftaler kan vi indgå.

Misbrug og stoffer.

Få meget gerne en SSP vejleder ud at fortælle om alkohol og misbrug. Hvilke stoffer kan unge let få adgang til og finde på at tage? Er det et stort problem eller er det en social overdivelse? Hvad gør vi, hvis vi får kendskab til misbrug i klassen?

Dette koordineres af SSP-læreren.

Trivselsgrupper

En ide er at arbejde med større grupper, f.eks. 8-10 børn, som laver fælles aktiviteter, f.eks. lave mad sammen, filmaften, bål i haven. Planlægning af aktiviteter i dialog med børnene.

Planlægning af sidste skoledag i for 9. kl.

Der er tradition for at 8. kl rydder op efter sidste skoledag for 9. klasse.

9. klasse

Temaer og traditioner på årgangen

Dimissionsfest – dette er noget som skolen står for. Finder gerne sted et par dage før sommerferien. Nils overrækker eksamensbeviser og skolen er vært for et mindre traktement. Måske holder en lærer og en fra skolebestyrelsen en tale.

Blå Bog: Laves gerne af eleverne på deres eget initiativ. Det er deres projekt. Dette foregår i den sidste del af skoleåret. Oftest i Tematimerne

Sidste skoledag – Fælles morgenmad på skolen, skolen betaler. Dette efterfølges af karamelkastning. Eleverne køber selv karameller og står også selv for deres eventuelle udklædning. Eleverne arrangerer underholdning for deres lærere. Nogle klasser tager i Mindeparken i Århus om eftermiddagen.

De senere år har 9.kl. deltaget i ”Danmarks smukkeste afgangsfest” i Skanderborg. Lukket fest med professionelle vagter. Samarbejde med SSP og forældre. Smukfest støtter festen med udstyr.

En fest i trykke rammer. Invitation sendes til trivselsrådet

Der er ligeledes gode erfaringer med en klassefest i forsamlingshuset for klassen. Forældre hjælper med at koordinere, opstille rammerne for festen og indkøbe.

Der laves en vagtplan for aftenen.

Husk at booke i god tid.

Ideer til sociale arrangementer

- Arrangementer uden børn, f.eks. cocktailfest for forældre, hyggeaftner med ost og et glas rødvin, varier gerne formen, da ikke alle forældre er til fest og alkohol, omvendt kan det også være befriende med en sjov fest indimellem)
- Arrangementer uden forældre
- Bowling
- Botanisk Have (væksthuset - entre gratis, bestil gerne en fortæller)
- Himmelbjerget. Medbring mad og spil, bold mv.
- Børn laver frokost eller brunch til forældre på skolen
- "Mødregupper" hvor fokus fx kan være på trivslen i klasse
- "Mødregupper" bestående af drenge-mødre eller pige-mødre. Værdifuldt netværk.
- Fædre arrangementer / grupper. Ølsmagning for mænd.
- Udflugter med et fagligt indhold/tema
- Et årligt klassearrangement med overnatning for at ryste eleverne sammen
- Fastelavn
- Halloween
- Grillfest for hele familien, f.eks. ved årets afslutning
- Fisketur for hele klassen
- Skøjtetur (skøjtehal eller på udendørsbanerne i Århus)
- Kælketur
- Arr. uden forældre/søskende - f.eks. bowling + spisning
- Skovtur i november inkl. konkurrencer + indsamling af ting til dekorationer
- Mød hinanden i skoven og fæld et juletræ til klassen
- Orienteringsløb på skolen
- Aktivitetsdag i hallen med hoppeborge, oppustelige boldbaner, ballebold mv.
- Tur i legeland
- Klassefest for børnene inkl. spisning, dans og alkoholfrie drinks
- Overnatning på skolen i forbindelse med grillfest
- Brætspil eftermiddag for børnene. Tag dit yndlingsspil med!
- Fællesspisninger, hvor folk medbringer en ret efter eget valg til en fælles buffet. Lav det gerne nemt f.eks. pizza-surprice, xxx-surprice. Tag en rask rundbold kamp bagefter!
- Kattegatcentret og sove-med-hajer. Skal dog bestilles i god tid, så man skal være på forkant.
- Skovtur i Bakkeskoven med madkurv, eller boller/kakao på skolen i tilfælde af dårligt vejr
- Grill-arrangementer, låner SFO's grill, griller eget kød og medbringer tilbehør til fælles buffet
- Sponsor-cykelløb – Indsamling af penge til klassekassen. Børnene kører en rundstrækning og man får familie/venner/bekendte/ til at sponsere et vist beløb pr. runde, som det pågældende barn gennemfører i løbet af fx 2 timer. Depot ved skolen med vand/saft/frugt og registrering af runder.
- Arranger farvel-fest for dem der skal på efterskole i 9. kl.

Tips, tricks og gode råd

- Medlemmerne af trivselsrådet bør bestå af **både drenge- og pigeforældre**, det giver en bedre idé om, hvad der rører sig i de forskellige grupper.
- Trivselsrådet bør lave en **forventningsafstemning** sammen med læren ift. at afklare hvordan I bedst samarbejder, og på hvilke områder kan lærerne bruge trivselsrådet og omvendt.
- **Starter der en ny elev i klassen, så tag kontakt før skolestart.** Byd de nye forældre + barnet på kaffe/te hos et af de andre forældrepar - eller kom selv forbi, hvor de bor. Det vil give en rigtig god start for alle parter og der etableres kontakt for begyndelsen af. En god velkomst er vigtig.
- **Accepter at de respektive familier har forskellige holdninger.**
- **Klassekasse.** Det er en god ide lige fra 0. klasse af, at bede folk om at medbringe / indbetale kr. xxx til klassekassen til alle forældremøder. Det er godt at have noget i kassen til fx Bornholmerturen i 6. kl og evt. udveksling i 8. kl.

Links

- **Sprogtone** - find inspiration og værktøjer her:
<http://dcum.dk/grundskole/vaerktoejer-og-inspiration/girafsprog>
- **Forældres betydning for klassens trivsel.** Hvordan du kan hjælpe med at styrke trivslen i dit barns klasse? 5 korte film giver inspiration:
<http://www.emu.dk/modul/for%C3%A6ldres-betydning-klassens-trivsel>
- **Forældrefiduser** <http://www.foraeldrefiduser.dk/> Find masser af inspiration til aktiviteter med børn og forældre inderdørs, udendørs, korte aktiviteter, aktiviteter uden børn.
- **Benyt jer af SSP** (skole-social-politi), som gerne besøger skoler og laver oplæg på forældremøder og i klasser. Gode råd til forældre og unge om fælleskaber, alkohol, sikker chat, festkultur, kriminalitet mv. Spørg skolens SSP-lærer
- **Sikker chat:** <http://www.sikkerchat.dk/> En oplysningsside, der har til formål at klæde børn og unge på til at færdes trygt med net og mobil.
- **Stjærskoles princippet for "Når børn er i vanskeligheder":**
<https://stjaerskolen.skoleporten.dk/sp/file/af8bfd64-3134-407b-bfbc-76aeb065c318/N%C3%A5r%20b%C3%B8rn%20er%20i%20vanskeligheder%207.3.17.pdf>
- **Stjærskolens Charter for den gode skole** (=det vi kan vi forvente af hinanden på Stjærskolen):
<http://stjaerskolen.skoleporten.dk/sp/file/e9ad7552-803e-44ab-9999-dfcd1c72c868>
- **Stjærskolens trivsels- og antimobbestrategi.**
<https://stjaerskolen.skoleporten.dk/sp/file/bc1e66f5-5db8-4fcd-aa32-1a29e5225858>