


Foreldrekveld trygg vaksen for barn

Det du viser på skjermen:	Handling	Tips
Framsida av Livet&Sånn-nettsida eller eigen PowerPoint for eigen del av møtet	Ønske velkomen og informere om plan for møtet, inkludert rekkefølge og tidsbruk	
Eventuell eigen PowerPoint for eigen del av møtet	Eventuelt informasjon eller drøftingssaker som barnehagen vil inkludere i møtet.	Det er lurt å gjere dette først om alle skal vere samla. Alternativet er å ha felles tema-del først, og så gå på ulike avdelingar.
<div data-bbox="108 719 411 891" style="background-color: #4CAF50; color: white; padding: 5px;"> <p>Når vi brukar foreldremøtet frå Livet&Sånn:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vi ser filmar og gjer oppgaver saman. • Møteleiar har ògje rolla som ekspert eller foredragshaldar. • Vi jobbar med oppgaver og refleksjoner saman utan å dele det som er privat eller personleg om oss sjølv og egne barn. • Vi er ulike, barna våre er ulike oginga våre er ulike. Det som passar nokon passar ikkje alle. Ta med deg det som kjennes rett eller kurt, og la resten fare forbi. </div>	<p>Introduser måten å jobbe på i møtet:</p> <p>Vi skal ha ei lita temaøkt frå Livet&Sånn. Vi skal sjå to filmar og de skal få snakke saman i smågrupper. Filmene og opplegget er laga av psykologar og barnevernspedagog, ein kompetanse som supplerer den vi har i barnehagen. Vi brukar dette saman, men eg har ikkje rolla som ekspert eller foredragshaldar.</p> <p>Oppgåvene er laga med tanke på at de som foreldre ikkje skal føle at de må dele noko privat eller sårbart. Eg kjem heller ikkje til å oppfordre til at de deler det de har snakka om i gruppene i plenum.</p> <p>Minn om at alle er ulike, og at det difor sjølvstilt vil vere slik at ikkje alt passar for alle. «Ta med deg det som kjennes rett eller lurt – og la resten fare forbi»</p> <p>Og om det dukkar opp spørsmål i gruppene så ligg det tilleggsmateriell som de kan gå vidare på heime om de vil det. Og det er også mogleg å sende e-post til Livet&Sånn med generelle spørsmål de ønsker svar på etter møtet. Spørsmål eller bekymringar som gjeld konkrete barn kan stillast til helsestasjonen, barnevern eller andre fagfolk som jobbar med barn og familiar i kommunen. Sei gjerne frå til oss, så hjelper vi å finne rett kontaktperson.</p>	
<div data-bbox="108 1570 411 1731" style="background-color: #4CAF50; color: white; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> • Sjekk og juster eigen tilstand • Sjekk og juster barnet sin tilstand • Når tilstanden er god noko støtt barnet i å få til! • Om noko vart feil, ta ansvar, reparer relasjonen og lad opp batteria </div>	<p>De som såg filmen «God vaksen for barn» som låg i innkallinga la kanskje merke til oppfordringa om</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sjekk og juster eigen tilstand • Sjekk og juster barnet sin tilstand • Når tilstanden er god nok – støtt barnet i å få til! • Om noko vart feil, ta ansvar, reparer relasjonen og lad opp batteria <p>I kveld skal vi fokusere på det første punktet – på det å bli sint. Og på punkt 4: å reparere når noko vart dumt. Vi startar med å sjå ein film om å roe ned sinne.</p>	

	Vis filmen Roe ned sinne, så barn kan kjenne seg trygge - YouTube	Vis filmen i fullskjerm. Du brukar esc for å kome tilbake til sida etterpå.
Kva kan vere lure triks for å roe ned sinne når ein er saman med barn?	La foreldra få snakke saman om spørsmålet i nokre få minutt: Kva kan vere lure triks for å roe ned sinne når ein er saman med barn?	De treng ikkje bruke så lang tid på denne oppgåva, ca 2-3 minutt er nok.
	Avslutt gruppepraten og gå vidare med neste film Reparer relasjonen - YouTube	Vis filmen i fullskjerm. Du brukar esc for å kome tilbake til sida etterpå.
<p>SITUASJON TIL OPPGÅVE:</p> <p>Du blei små på barnet fordi barnet sømte (somn) herleg på veg ut av heimen om morgonen. Du var stressa fordi du ikkje ville kome for seint på jobb, og klarte ikkje behalde roa.</p> <p>Du skulda barnet for å pyntelege dagen din med vilje, og trua med at barnet ikkje skulle få bruke iPad/ resten av veka om barnet ikkje skjerpa seg og vart snilt.</p> <p>På veg til barnehagen angrar du og skammer deg over måten du løyste dette på. Du vent jo at det er ditt ansvar at barnet klarer å kome seg ut av døra i tide om morgonen, og smilte ikkje at det du sa skal pyntelege vindene for deg og barnet.</p> <p>Du forsøker å reparere.</p>	Les situasjonen høgt og del ut oppgåva på ark	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Uvinskylt at eg var sur og kjefte, men du må jo forstå at du ikkje kan somle sånn når vi skal rekke jobben og barnehagen! 2. Å, eg er så lei for at det blei så dæmt. Eg vil jo ikkje vere sånn stem og dum som kjefter på deg! No har eg så vondt inni meg fordi eg var så sint i stad. 3. Vis du blei lei deg når eg kjefte i stad så er eg lei for det. 4. Eg er lei for at eg var så sint i stad. Du skjønner eg blir så stressa om morgonen når eg trur eg ikkje rekk jobben min. Vi som er voksne MÅ rekke jobbene våre, og derfor er det så viktig at vi går i tide. Og så blir eg av og til sint for sint og sur når eg trur eg kjem for seint. 5. Eg er veldig lei for at eg vart sint og kjefte på deg i stad. Det må ha vore veldig vondt for deg, uvinskylt. Det er mitt ansvar at vi kjem oss ut i god nok tid. Eg skal bli flinkare til å få det til. 	La foreldra prøve dei ulike variantane av reparasjon på kvarandre. Vis eventuelt den første saman med ein kollega for at foreldra skal vere sikre på kva dei skal gjere. (Rett og slett sei dei til kvarandre for å kunne kjenne korleis det kjennest)	
<p>«Eg er veldig lei for at eg vart sint og kjefte på deg i stad. Det må ha vore veldig vondt for deg. Uvinskylt. Det er mitt ansvar at vi kjem oss ut i god nok tid. Eg skal bli flinkare til å få det til.»</p>	Dette er den måten Livet&Sånn anbefaler at vi reparerer. Korleis var det å jobbe med denne oppgåva?	
<p>De kan gjerne snakke litt saman til slutt. Fokuser i så fall på spørsmål av typen: Har de fått nokon gode idear i dag som de vil dele med oss andre før vi avsluttar? Men ikkje be nokon seie noko om dei ikkje har bedt om ordet.</p>		
Vis den gråe boksa «til heimane» øvst på sida	Vis foreldra kva som ligg i denne grå boksa, og oppmuntre dei til å ta dette i bruk heime.	
	Takk for at de kom og vel heim!	