

Tema:

Press i hverdagen

Diskusjonsopplegg til bruk på
foreldremøter i ungdomsskolen

Til deg som jobber med barn og foreldrene deres!

Foreldrehverdag er en tjeneste som skal inspirere foreldre til å løse hverdagsutfordringer sammen med barna sine. Foreldre kan få en mulighet til å se rollen sin i et nytt lys og føle seg tryggere på valgene de tar.

I dette opplegget finner du noen relevante problemstillinger for foreldre med barn i skolen. De ulike påstandene er tenkt som utgangspunkt for diskusjon på foreldremøter.

Påstandene har ikke noe fasitsvar, og målet er at foreldrene vil reflektere over temaer som er nyttig i hverdagen. Vi håper foreldrene vil lese mer på Foreldrehverdag på egenhånd!

Foreldrehverdag er utviklet i samarbeid med fagfolk, og gir tips om alt fra grensesetting og press til søskenkrangel og ungdomstid.

Tjenesten tar utgangspunkt i ICDP (International Child Development Program) og er levert av Bufdir.

Foreldre som har deltatt i ICDP-grupper, forteller om:

- økt engasjement og bedre oppdragelsesstrategier
- mindre ensomhet og negative følelser i foreldrerollen
- færre vanskeligheter hos barna
- bedre relasjon mellom barn og foreldre
- et mer harmonisk familieliv med færre konflikter og økt fokus på det positive

Slik kan du bruke opplegget

1. Gruppeinndeling:

Del foreldrene i grupper.

2. Introfilm:

Vis filmen som hører til temaet du har valgt (se enke på egen side). Hovedpunktene er oppsummert på en egen side.

3. Diskusjon:

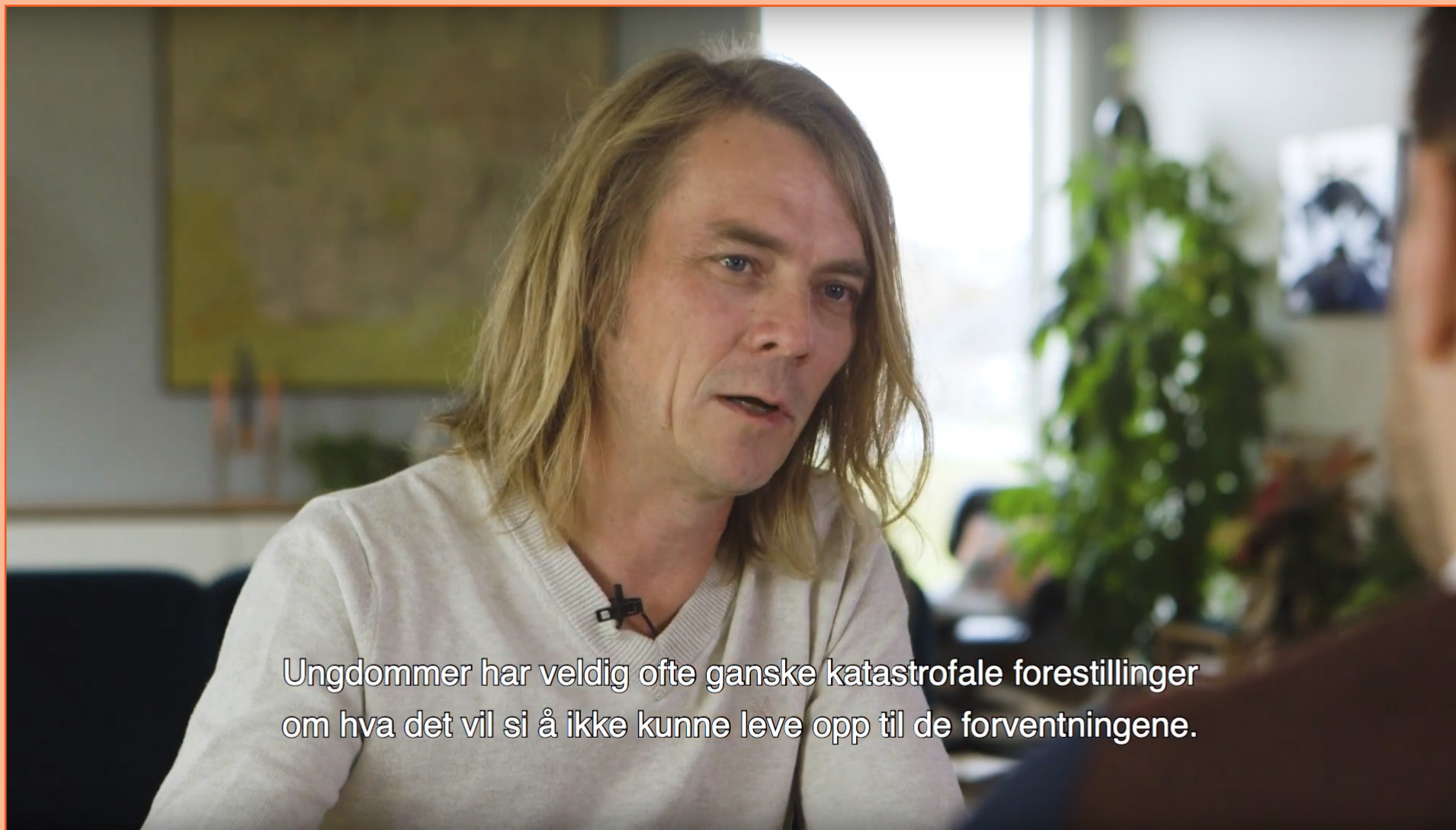
Velg ut noen påstander du vil at foreldregruppene skal diskutere. Vis påstandene på skjerm eller skriv ut og legg dem på bordet eller heng dem på veggen.

4. Oppsummering:

Be en fra hver gruppe oppsummere diskusjonen for de andre i plenum.

5. Avslutning:

Etter møtet kan du oppfordre foreldrene til å lese mer på Foreldrehverdag.



Ungdommer har veldig ofte ganske katastrofale forestillinger om hva det vil si å ikke kunne leve opp til de forventningene.

[Se filmen om ungdom og press](#)



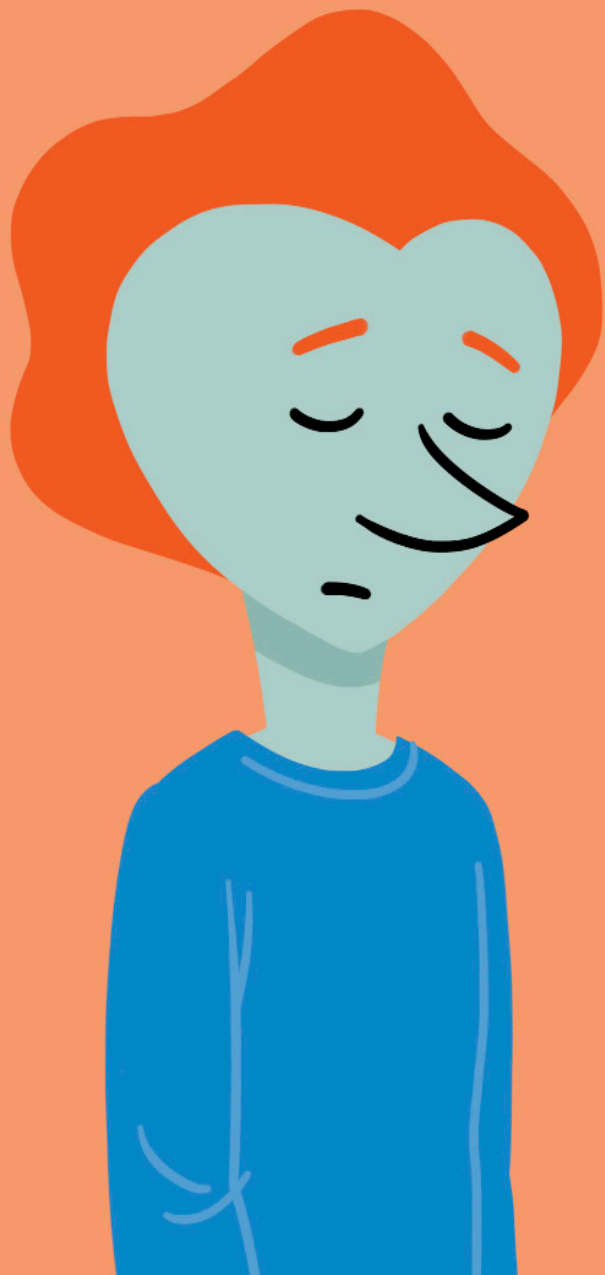
Påstander til diskusjon



Hvis jeg ikke kjøper klærne ungdommen min vil ha, blir det vanskelig for ham eller henne å bli godtatt.



Hvis en ungdom bare er fornøyd med 6 i alle fag, er det ikke så mye foreldrene kan si for å få dem til å forandre mening.



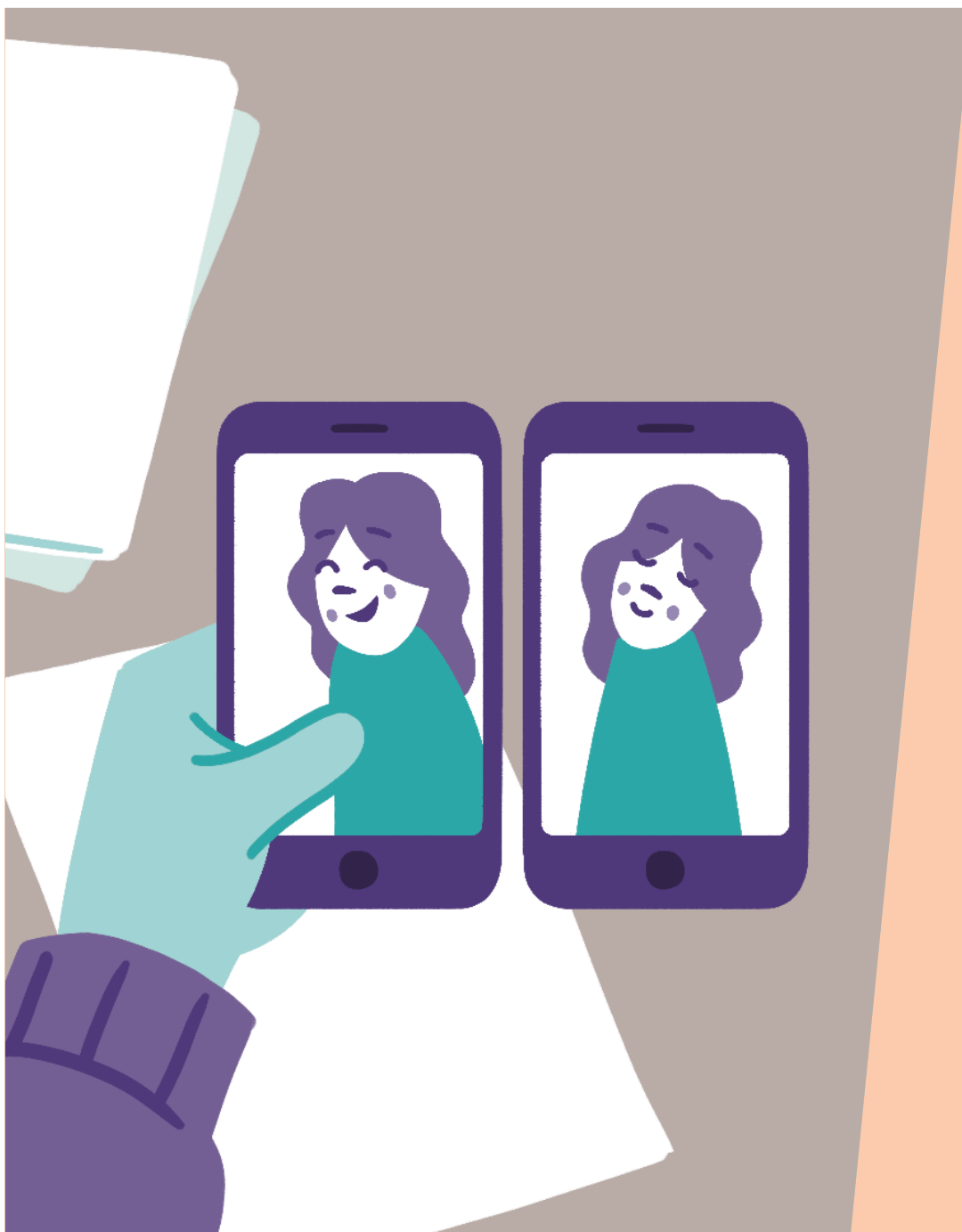
Hvis en ungdom først har gitt opp skolen, er det ikke så mye foreldrene kan gjøre.



Mine forventninger til meg selv påvirker ikke ungdommens forventninger om hva de selv skal få til.



Karakterpress er ofte skapt
av ungdommen selv.



Sosiale medier gir ungdommer idealer det er umulig å leve opp til.



Jeg sjekker hva ungdommen
min driver med på sosiale
medier.



Alle andre får spille spill
med 18-årsgrense.



Det er forskjell på
«bra» og «dårlig» press.

Andre mulige diskusjonstemaer:

- Når har du og barnet ditt tid og rom til å snakke om vanskelige følelser i hverdagen?
- Har du tenkt over hvilke verdier det er viktig for deg å lære barnet ditt?
- Hvordan ønsker du barnet ditt skal huske deg som forelder, når han eller hun blir voksen?

På Foreldrehverdag.no finner du

- artikler om vanlige utfordringer
- filmer om aktuelle temaer
- tips og råd
- spørsmål til refleksjon og diskusjon



Følg Foreldrehverdag på Facebook for mer inspirasjon til foreldrerollen