

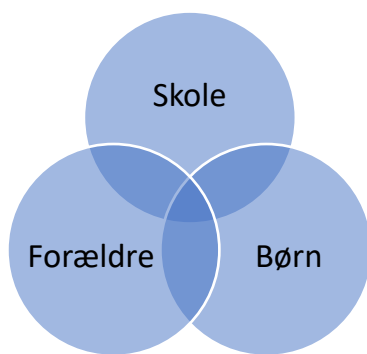
Trivselsplan Ringsted Ny Friskole

Den fulde udgave

På RNF indgår trivsel som en vigtig del af vores værdigrundlag. Dette gælder både børns - og voksnes trivsel. Vores trivselsplan er udarbejdet, således vi har noget at holde os til og handle ud fra i vores bestræbelser på at vedligeholde trivslen, og i de situationer hvor trivslen måtte komme under pres.

Trivsel som samskabt fænomen

I vores beskrivelse af trivselsindsatserne på RNF tager vi udgangspunkt i denne model:



Modellen illustrerer flere ting:

- At trivsel næres fra mange kilder - med børn, forældre og skolens medarbejdere som de væsentligste aktører.
- At hver aktør kan iværksætte indsatser på egen hånd, men at samskabende indsatser med to eller med alle tre aktører som deltagere også er muligt.
- At børn, forældre og skolens medarbejdere kan understøtte hinanden i den fælles bestræbelse på at sikre god trivsel. Hvis én aktør kommer under pres, kan de øvrige med fordel træde kompenserende til.

Trivsel ses således som et samskabt fænomen, som alle aktører har andel i og ansvar for. Dette både når det drejer sig om opretholdelsen og eventuelt genskabelsen af trivslen.

Værdighed, fællesskab og mangfoldighed

Værdighed, fællesskab og mangfoldighed er særligt relevante at inddrage i beskrivelsen af de intentioner, som vi på RNF har for, hvordan trivselsamarbejdet skal udmønte sig mellem børn, forældre og skole.

Værdighed

Et mål for os er, at trivselsamarbejdet udmøntes i processer, som producerer værdighed og stiller alle aktører i et godt lys. At dette sker er ikke en selvfølge. Svagt forankrede fællesskaber og samarbejder præget af usikkerhed kan komme til at producere foragt mod de andre aktører. Dette som en måde at sikre sin egen ryg ved at placere ansvaret for problemerne hos andre end sig selv. Som en modvægt til dette fænomen bestræber vi os på at sætte de andres handlinger i et værdigt lys – selv når handlingerne

forekommer ulogiske og kan have uhensigtsmæssige effekter. Værdighed kan i sådanne situationer skabes ved at sætte fokus på intentionerne bag de problemskabende handlinger og ved at bidrage til, at disse intentioner kan gå i opfyldelse på mere hensigtsmæssige måder. Ofte er den adfærd, der udvises et forsøg på at få opfyldt et af menneskets grundlæggende behov som respekt, anerkendelse, tillid, tryghed, accept samt at føle sig hørt og forstået samt høre til.

Vi tilstræber at løse konflikter ved at være inddragende, anerkendende, undersøgende og upartiske frem for rådgivende, løsningsangivende og udøve konsekvens og "fordi jeg siger det", da vi mener, at førstnævnte metode skaber mulighed for refleksion og læring.

Her kan læreren/pædagogen støtte og formidle dialog, som hjælper de involverede til en afdækning af, hvordan hver enkelt oplever problemet, hvilke intentioner hver enkelt har, samt hvilke forhåbninger han/hun har i forhold til fremtidige relationer.

En refleksion over, hvor problemet allerede fylder mindst. Hvad kendetegner disse situationer, og hvad kan børnene eller læreren/pædagogen gøre, der understøtter mulighederne for, at der i fremtiden kan opstå flere af disse situationer. Der kan ligeledes tales om, hvilke erfaringer børnene allerede har med at håndtere problemet mere konstruktivt, ved at tale om, hvordan det andre gange er lykket dem at afværge en truende konflikt af samme karakter som den nuværende.

Hvis konflikten skønnes at have haft en størrelsesorden, der gør, at børnene vil kunne have brug for at tale videre derhjemme, bliver forældrene orienteret.



Fællesskab & Mangfoldighed

Det er et mål, at trivselssamarbejdet styrker fællesskabet mellem børn, forældre og skole. Eller rettere sagt: De mange fællesskaber. Vi er os nemlig bevidste, at "fællesskab" helst ikke skal stå i ental, hvis det betyder, at der kun er én måde, der tæller som den rigtige at være sammen på. For ud over værdien om fællesskab, har vi også blik for at styrke mangfoldigheden. Mangfoldigheden er med til at sikre, at RNF bliver et sted, hvor mange forskellige relationer, samarbejdsformer og måder at bidrage til fællesskabet hilses velkommen. Kigger man på de to værdier på samme tid, kan man opstille følgende ønske for blandingsforholdet mellem dem: At vi ikke bliver så fælles, at vi mister vores mangfoldighed - men at vi heller ikke bliver så mangfoldige, at vi mister vores fællesskab.

Læreren/pædagogen kan understøtte det mangfoldige fællesskab ved at tilrettelægge undervisning og aktiviteter på mange forskellige måder, således at skiftende elever tilbydes muligheden for at kunne shine og bidrage. Ud over på denne måde at støtte den enkeltes selvværd, skabes der forudsætning for, at

medelever og lærere får øje på hinanden i andre og måske nye positioner, der styrker den enkelte i fællesskabet.

Trivslens mange arenaer

I det følgende kommer vi omkring en række mulige trivselsindsatser, der involverer børn, forældre og skole – enten hver for sig eller i forskellige konstellationer. Trivselsindsatserne kan inden for hver enkelt gruppe opdeles i de vedligeholdende - og de genoprettende indsatser.

Trivsel hos skolens medarbejdere

Formålet er, at de voksne indbyrdes indgår i værdighedsskabende relationer

At skabe trivsel for børnene, handler også om at skabe trivsel for skolens medarbejdere. De voksnes trivsel slår grundtonen an i forhold til den kultur og den sprogbrug, der præger skolens hverdag. Det gør derfor en forskel, om medarbejderne indbyrdes indgår i værdighedsskabende relationer samt fagligt føler sig kompetente, således det giver dem overskud til at være tovholdere på trivselssamarbejdet med børn og forældre ud fra dette perspektiv.

Hvis trivslen blandt en eller flere medarbejdere i en periode kommer under pres, er det vigtigt, at vi som skole agerer med åbenhed omkring dette, således der kan skabes en opbyggende forståelse blandt børn og forældre, og så der i fællesskab kan skabes genoprettende og kompenserende indsatser.

Trivselsindsatser på skolen

På RNF har vi en række trivselsindsatser, der praktiseres i skoleårets løb:

Individuelle trivselssamtaler

Formålet er gennem dialog at rette opmærksomheden på, hvordan barnet trives og har det sammen med andre. Det er vigtigt, at barnet føler sig set, mødt, forstået, accepteret og anerkendt.

Forældre og elev indbyrdes to gange årligt til skole/hjemsamtale, som ud over at handle om det rent faglige også har fokus på elevens trivsel. Eleven deltager dog først fra 2.klasse. I udskolingen har vi delt samtalerne op, således der den ene gang er mest fokus på trivsel, mens der i den anden samtale er større fokus på faglighed.

I løbet af skoleåret afholdes en individuel trivselssamtale mellem klasselærer og elev. Har elever i perioder brug for ekstra samtaler, vil der altid være mulighed for dette.

Klassemøde et lærerstyret møde for hele klassen

Formålet er at styrke og udvikle klassens sociale samspil.

Klassemødet er et lærerstyret møde for hele klassen. Der arbejdes i praksis med at styrke og udvikle klassens sociale samspil. Dette gøres i debatter om emner, som eleverne eller læreren foreslår, ligesom der alt efter klassetrin er fokus på læring af forskellige sociale kompetencer. Formen på klassesamtalen er uformel, men dialogen er struktureret således, at alle elever gives mulighed for at blive hørt af både kammerater og lærer. Det er vigtigt at holde fast i, at læreren, som den professionelle må holde fokus på, at dialogen imellem eleverne foregår i en værdighedskultur, hvor ingen bliver marginaliseret. Her aftales og formuleres om nødvendigt diverse samværs- og trivselsregler for det faglige og sociale skoleliv.

Med jævne mellemrum sørger klasselæreren for, at der laves fælles aktiviteter, hvis formål er at styrke klassens sociale bånd og skabe tryghed og lyst til samarbejde.

Trivselsforløb

Formålet er at fokusere på de aktuelle problematikker, der kan være relevante for de pågældende klassetrin.

En gang i løbet af indskoling, mellemtrinnet og udskoling tilrettelægges og gennemføres et særligt trivselsforløb, hvor skolens AKT (aktivitet - kontakt og trivselsperson) i samarbejde med klasselæreren tager universelle temaer op med eleverne afhængigt af, hvilke problematikker, der kan være relevante for den aktuelle klasse.

Hvis der viser sig et akut behov for et særligt tilrettelagt trivselsforløb fra et andet klassetrin end de førnævnte, er der også mulighed for dette.

AKT-læreren udarbejder, på baggrund af et lille interview med hver enkelt elev, en undersøgelse af, hvad der kan være særligt interessant at sætte fokus på i klassen, ligesom der kan udarbejdes et sociogram, hvor læreren og AKT kan få en fornemmelse af, om der er elever, der socialt skal hjælpes ind i fællesskabet.

Tema for trivselsforløbet kan fx være

- Følelser, at blive vred eller ked af det. Hvordan vi ser og mærker, hvilke følelser, der er på spil, og hvordan vi bedst kan agere på baggrund af disse.
- Gode venner og "kollegaer" samt forskellen på disse. Hvordan er man en god ven? Hvordan er man en god kollega? Hvad er vigtigt for, at vi kan have et godt skolemiljø?
- Frikvarter. Hvad er et godt frikvarter? Hvad kan gøre frikvarteret til en dårlig oplevelse?
- Ro i klassen. Hvad er arbejdsro? Må man hjælpe hinanden? Kræver nogle aktiviteter mere ro end andre?
- At bestemme - hierarkier
- Kommunikation. Hvordan taler vi med hinanden? Foragtsprog og værdighedsskabende sprog. Samme adfærd gælder måske i endnu højere grad også på de sociale medier.
- Konflikthåndtering, Perspektivskifte, empati, mediering.
- Fællesskab, mangfoldighed og værdighed.

Skolevenner

Formålet er, at den ældste skoleven hjælper den nye elev med at falde til og samtidig være rollemodel.

På RNF dannes der grobund for en tryk og omsorgsfuld skolestart, idet de nye elever i løbet af første skoleuge tildeles en skoleven fra 4. klasse.

Den ældste skolevens opgave er at hjælpe den nye elev med at falde til og samtidig være rollemodel. Dette gøres ved, at skolevenner ind i mellem sidder sammen til morgensamling. Den ældste elev skaber rum for lege i frikvarteret. Skolevennen kan være støtte ved emne- og temadage, hvor der gennem fællesskab og tryghed skabes læring på tværs af alder. Skolevennerne kan spise madpakke sammen og invitere hinanden til arrangementer/oplæg.

Denne relation falder nemt for nogle elever og er sværere for andre. Temaet skoleven kan evt. tages op som tema på klassemøde, hvor klasselærer og børn kan tale om det at tage et ansvar på sig som "den store

elev” og i fællesskab finde forslag til, hvad man kan gøre sammen med sin skoleven og dermed danne grobund for en god oplevelse begge veje.

Trivselsdag

Formålet er blandt andet at arbejde med empati, sprogbrug og kropssprog, klasse miljø og -indretning. I det store hele fysisk og mentalt velvære ud fra devisen, at RNF er et rart sted at være.

Skolen afholder hvert år en trivselsdag med skiftende fokuspunkter, hvor der tilrettelægges aktiviteter som passer til de respektive trin. (Indskoling, Melletrinnet, Udskoling).

Trivsel under pres

I perioder eller situationer, hvor trivslen hos et eller flere børn kommer under pres, bestræber vi os på at have indsatser på forskellige niveauer og af forskellige omfang, så vi kan reagere på udfordringerne på en tilpas måde.

Vi er os bevidste, at vi ikke kan lave en trivselsplan, der fjerner hverdagens små konflikter og mindre uoverensstemmelser. Vi mener, at disse er et af tilværelsens vilkår, som vi ikke kan forskåne børnene for. Derfor reagerer vi heller ikke med stor skuffelse, når der er mindre bump på vejen. Vi involverer ikke forældre omkring de små hverdagsudfordringer, men er i stedet opmærksomme på at lære børnene at håndtere sådanne situationer, når de opstår.

Ved mere omfattende problemstillinger kan det være nødvendigt, at klasselærer, Akt-lærere eller skoleleder, taler med enkeltbørn, dele af gruppen eller hele klassen. Sådanne dialoger handler ikke om at udpege skyldige eller finde ud af, hvem der er årsag til vanskelighederne. I stedet handler det om at få øje på hinandens intentioner og genoprette værdigheden for alle implicerede parter.

Hvis problemstillingen skønnes at have haft en størrelsesorden, der gør, at børnene vil kunne have brug for at tale videre derhjemme, bliver forældrene orienteret. Det er imidlertid vigtigt, at problemstillingens tema ikke tages op hjemme i form af skæld ud eller repressalier. Det, man som forældre i stedet kan tale med barnet om, er de erfaringer, som dagens oplevelser har givet, og barnets strategier for handling i lignende fremtidige situationer. Dette hjælper barnet videre, hvis man som forældre kan undgå at blive vred på de andre børn, deres forældre eller skolen. Dette giver samtidig bedst mulighed for en løsning, der gavner alle parter.

Ved problemstillinger, der bider sig mere fast, sørger vi for i tide at inddrage eksterne ressourcer. Det kan være svært som medarbejder at skulle være tovholder på en proces, som man selv indgår som aktør i. For at tage modellen alvorligt, hvor både børn, forældre og medarbejdere kan bidrage til problemstillingens opretholdelse, men også til dens løsning, ser vi det som en vigtig del af processen, at vi med rettidig omhu får hentet hjælp udefra, hvis de forrige skridt ikke har haft den ønskede effekt.

Trivselssamarbejdet mellem skole og forældre

Formålet er at skabe et reelt- og inddragende samarbejde, hvor skole og forældre i fællesskab forsøger at vedligeholde og evt. genoprette optimal trivsel.

Som en del af det vedligeholdende trivselssamarbejde mellem skole og forældre forventes det, at man som forælder holder sig orienteret om skolens virke via Forældreintra og nyhedsbreve. Det er muligt for forældre ind imellem at deltage i morgensamling eller i undervisningen. Her ud over vil klassens trivsel også indgå som tema på de årlige forældremøder.

De større fællesarrangementer for hele skolen, der ligger i årets løb, har også et trivselssigte.

For en familie med flere børn og en travl kalender kan det samlede program være omfattende at deltage i. Målet er da heller ikke, at alle skal deltage i alt, men at der via den brede vifte af arrangementer skabes mulighed for, at man på forskellige tidspunkter og i forhold til forskellige interesser har mulighed for at nyde godt af fællesskabet og bidrage til dette.

I hver klasse findes en mappe med et "årgangshjul", hvor man som forældre kan få overblik over, hvilke arrangementer, der er særligt i fokus i det enkelte skoleår.

Hvis man som forældre bliver bekymret for sit eget barns - eller klassens trivsel, skal man ikke holde sig tilbage fra at tage kontakt til klasselæreren. I samarbejder omkring større eller mindre trivselsproblemer er det vigtigt, at både skole og forældre tilstræber en høj grad af værdighed. Samarbejdet skal ikke blive en kamp om at give hinanden skylden, således man blot fortæller, hvad den anden burde gøre. I stedet skulle det gerne blive et reelt og inddragende samarbejde, hvor man i fællesskab forsøger at forstå det aktuelle dyk i trivslen og sammen forsøger at skabe nye handlemuligheder for hinanden.

Trivsel i forældregruppen

Formålet er, at forældrene fungerer som konstruktive rollemodeller.

En forældregruppe, der trives indbyrdes, bidrager i sig selv til børnenes trivsel. Børn lærer ofte mere af, hvad vi voksne gør, end af hvad vi siger. Forældregruppen fungerer derfor som rollemodeller for børnene i forhold til, hvordan man omgås hinanden, taler sammen og løser eventuelle problemer.

I nogle klasser vælger forældregruppen ind imellem at lave arrangementer kun for forældrene. Gøres dette kan opmærksomhed på mangfoldighed igen være en god idé, så der skabes variation i, hvordan disse arrangementer tilrettelægges. På den måde vil arrangementerne fra gang til gang tale til forskellige dele af forældregruppens medlemmer, således deltagerne lærer nye sider af hinanden at kende frem for at blive indplaceret i faste positioner.

Trivselssamarbejdet mellem forældre og børn

Egne børn

Formålet er at være sit barn en god samtalepartner omkring dets oplevelse af klassens fællesskab, dets egen position i fællesskabet samt dets måder at agere i dette på.

Det er en god idé, som forælder, at vise interesse for sit barns skolegang og lytte aktivt, når det fortæller om skolen.

Som forælder kan man med fordel støtte sit barn i at dyrke mange forskellige bekendtskaber på kryds og tværs i klassen. Jo større mangfoldighed, der findes i børnenes måder at relatere sig med hinanden, desto mindre er chancen for, at der skabes udelukkelse og fastlåste hierarkier.

En anden vigtig opmærksomhed er dialogen med barnet om brugen af sms og sociale medier. Meget af børn og unges sociale liv foregår på elektroniske platforme, og børnene har lige så meget brug for, at man som forælder støtter op og lærer det at navigere hensigtsmæssigt på disse medier, som det har brug for, at lære at færdes i trafikken.

De andre forældres børn

Formålet er at alle kan omgås og samarbejde på fornuftige måder.

I forhold til de andre forældres børn kan det være en god idé at lære så mange af børnene at kende som muligt. Selvfølgelig er ens eget barn ikke lige meget sammen med alle sine klassekammerater og har heller ikke lige tætte relationer til dem alle. Men som forælder kan man være sit barn mere behjælpelig med at komme godt ud af det med alle sine klassekammerater, jo bedre man kender og forstår disse. Hvis man sammenligner en klasse med en arbejdsplads, har vi som voksne jo heller ikke et privat forhold til alle vores kollegaer. Men alligevel er der brug for, at alle kan omgås og samarbejde på fornuftige måder.

Som forældre kan man bidrage til trivlsen i børnegruppen ved at gøre det til en selvfølge for sit barn at deltage i de fødselsdage, det bliver inviteret til og ved ikke at vælge nogen enkeltbørn fra, når man selv inviterer.

Hvis andre forældres børn i en periode oplever mistrivsel eller udviser problemskabende adfærd, kan dette være et tidspunkt, hvor det er ekstra vigtigt, at de øvrige forældre bakker op på værdighedsskabende fremfor foragtproducerende måder. Både for det pågældende barns skyld – men også for ens eget barns skyld. Så længe der blot er én, der mistrives i et fællesskab, skaber det nemlig en utryghed i hele klassens kultur, som påvirker alle børn. Det skal også understreges at de børn, der reagerer uhensigtsmæssigt, ikke nødvendigvis er årsager til problemerne eller utrygheden. Måske reagerer de blot på en vanskelighed, som udspiller sig et andet sted i fællesskabet. ”Barnet er ikke problemet – barnet viser problemet”, som Søren Hertz Børne- og ungdomspsykiater formulerer det.

Hvis man står i en situation, hvor ens eget barn har været involveret i en konflikt, er det en god idé ikke at tage parti imod det andet barn. I stedet kan man spørge ind til situationen via spørgsmål á la: ”Hvad skete der lige inden?”, ”Hvorfor gjorde det andet barn, som han/hun gjorde, tror du?”, ”Hvad gjorde du bagefter”, ”Hvad tænker du, der er brug for nu?”, ”Hvad kunne du have brug for min hjælp til?”

I næsten alle tilfælde løses skolegangens små- og store udfordringer vi dialog med ovennævnte trivselsplan i mente.

Vi vil dog for god ordens skyld gøre opmærksom på, at i skolens forretningsorden er beskrevet procedure for midlertidig og permanent bortvisning. Se link [her](#).

Faste punkter på forældremøder

I nedenstående skema fremgår, hvordan vi gennem forældremøderne styrker forældresamarbejdet med henblik på børn, medarbejdere og forældres trivsel gennem hele skoleforløbet.

Klasse	Periode og Indhold
Spireforældremøde	maj/juni
Yngste efterår	Der tages afsæt i RNF's trivselsplan. En trivselskonsulent inviteres. Forældrene får oplæg og workshops viden og et fælles grundlag for, hvordan trivlsen understøttes optimalt. Fokus på relationsdannelse, klasseregler, fødselsdagsregler, forældreråd.
Yngste forår	Planlægning af arrangementer og pædagogisk dag. Valg af forældreråd Evt. deltagelse af bestyrelse, som vil fortælle om bestyrelsesarbejdet

Klasse	Periode og indhold
Yngste 1 efterår Yngste 2 forår	Fokus på relationsdannelse, klasseregler, fødselsdagsregler, forældreråd. Planlægning af arrangementer og pædagogisk dag. Valg af forældreråd Evt. deltagelse af bestyrelse, som vil fortælle om bestyrelsesarbejdet
Yngste 2 efterår Yngste 2 forår	Planlægning af høstfest. Mellemtrinlærer deltager og fortæller om mellemtrinnet. Valg af forældreråd Evt. deltagelse af bestyrelse, som vil fortælle om bestyrelsesarbejdet
Mellem august Mellem oktober Mellem forår	Velkommen til mellemtrin intro, forventninger og ny lærere Der tages afsæt i RNF's trivselsplan. En trivselskonsulent inviteres. Forældrene får gennem oplæg og workshops viden og et fælles grundlag for, hvordan trivslen understøttes optimalt. Planlægning af pædagogisk dag og evt. andre klassearrangementer Valg af forældreråd Evt. deltagelse af bestyrelse, som vil fortælle om bestyrelsesarbejdet
1.Mellem efterår 1.Mellem forår	Digital dannelse med SSP Valg af forældreråd Evt. deltagelse af bestyrelse, som vil fortælle om bestyrelsesarbejdet
2. Mellem efterår 2. Mellem forår	Mobilpolitik Evt. deltagelse af bestyrelse, som vil fortælle om bestyrelsesarbejdet
3. Mellem efterår 3.Mellem forår	Sociale medier/flertalsmisforståelser SSP Udskolingslærere deltager og fortæller om udskolingen Evt. deltagelse af bestyrelse, som vil fortælle om bestyrelsesarbejdet
Ældste efterår Ældste forår	Introduktion til trivselsforløb med fokus på konflikthåndtering med konsulent. Konfirmation og Blå mandag Alkoholproblematik Evt. deltagelse af bestyrelse, som vil fortælle om bestyrelsesarbejdet
Ældste 1 efterår Ældste 1 forår	Uddannelsesvejleder deltager med info om brobygning og praktik SSP deltager med henblik på alkoholpolitik Evt. deltagelse af bestyrelse, som vil fortælle om bestyrelsesarbejdet
Ældste 2 efterår Ældste 2 forår	Uddannelsesvejleder deltager med info om brobygning. Info om Berlinter Eksamen, sidste skoledag,