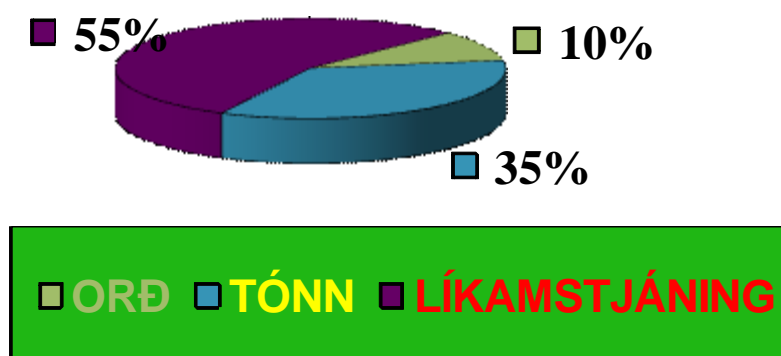


Höldum áfram að gera betur –punktar frá fræðslufundi

Þann 18. mars síðastliðinn hélt svæðisráð foreldrafélaga í grunnskólum Garðabæjar í samvinnu við forvarnanefnd vel heppnaðan fræðslufund í Hofstaðaskóla. Um 200 manns mættu á fundinn og áttu fróðlega og skemmtilega kvöldstund. Á fundinum kom margt fróðlegt fram en markmið fundarins var fyrst og fremst að upplýsa foreldra um líðan nemenda í grunnskólunum eins og hún birtist okkur í könnunum sem lagðar voru fyrir síðastliðinn vetur af Rannsókn og greiningu sem og að kynna foreldrum nokkrar aðferðir sem þeir geta nýtt sér til að styðja við sitt barn og efla hamingju þess.

Fyrstur tók til máls Álfgeir Logi frá Rannsóknum og greiningu en hann kynnti niðurstöður rannsóknanna bæði fyrir 5.-7. og 8.-10. bekk. Hann setti rannsóknirnar í samhengi og útskýrði hvernig þær geta virkað sem einn þáttur í utanumhaldi og stuðningsneti samfélagsins. Eins nefndi hann að rannsóknir þeirra sýna að foreldrasamstarf og samráð foreldra er öflugasta forvörnin. Það sem vekur einna mesta athygli í niðurstöðunum er að vanlíðan drengja á miðstigi virðist vera meiri hér en annars staðar á landinu; þeir eru meira einir heima, eru óánægðir og líður illa í skólanum. Staðan á unglिंगastiginu í Garðabæ er nokkuð góð og hefur batnað undanfarin ár. Við verðum samt að vera vel vakandi því hver árgangur er einstakur og því getur alltaf skapast andrúmsloft sem stuðlar að neikvæðum lífstíl ef við fylgjumst ekki vel með. Álfgeir Logi sýndi einnig hvernig drykkja eykst um 140% er unglिंगarnir byrja í framhaldsskóla. Það er eitthvað sem þarf að taka föstum tókum. Rannsóknirnar má nálgast á heimasíðu Garðabæjar undir liðnum forvarnir.

Páll Ólafsson fræddi okkur síðan á skemmtilegum nótum um mikilvægi samskipta og þess að við séum ekki vinir barna okkar heldur foreldrar. Við þurfum að kenna börnunum okkar samvinnu, að leysa vandamál, samskiptahæfni, að tala og hlusta. Það er ekki nóg að eiga gæðatíma með börnunum við og við heldur skiptir magn samveru máli og að við gefum okkur tíma til að ræða við og hlusta á börnin. Hann benti einnig á mikilvægi þess að setja skýr mörk, ákveða réttlátar afleiðingar og útskýra reglur fyrir börnunum og tók útivistarreglurnar sem dæmi. Þær voru ekki settar til að skapa spennu á heimilum heldur vegna þess að eftir kl. 22 verða flestar líkamsárásir og sölumenn vímuefna og aðrir óæskilegir einstaklingar eru þá meira á ferð. Þetta tengist því líka að unglिंगar þurfa mikinn svefn eða nákvæmlega níu klukkustundir og fimmtán mínútur að mati Páls. Hann ráðlagði foreldrum að njóta morgnanna saman, borða alltaf saman kvöldverð, elda saman, spila saman á kvöldið og hafa líka kósíkvöld reglulega. Hann vill að við munum að það það sem við segjum skiptir ekki máli heldur hvernig við segjum það og með hvaða tón það er sagt því það er það sem börnin skynja og skilja (sjá mynd).



Margrét Harðardóttir skólastjóri Hofstaðaskóla talaði síðan fyrir hönd skólastjóranna og fór almennt yfir það hvað skólarnir gera til að koma til móts við þarfir allra nemenda, eins ræddi hún um hlutverk umsjónarkennara og námsráðgjafa. Hún nefndi m.a. að gerðar væru kannanir um viðhorf og líðan nemenda, eineltiskannanir og haldnir vikulegir nemendaverndarráðsfundir. Einnig að haldnir væru fundir með nemendum og foreldrum og almennt væru mikil samskipti við foreldra og áhersla lögð á foreldrasamstarf. Námsráðgjafi gerir tengslakannanir, er með félagsfærnihópa og aðra hópavinnu, fræðslu og einstaklingsviðtöl. Hún lauk máli sínu á að segja að það er alltaf vilji til að gera betur og að markmiðið er að öllum líði vel. Áhersla væri á mannleg samskipti sem byggja á gagnkvæmri virðingu og mikilvægt að skólinn og foreldrar væru í sama liði.

Að síðustu sagði Karl Ágúst okkur skondnar sögur úr fjölskyldulífinu og Ásdís Olsen ræddi um hamingjuna. Hún spurði hvað einkenni hamingjusöm börn og fundarmenn voru með það nokkurn veginn á hreinu. Hún benti einnig á að við verðum ekki hamingjusöm með því að vinna stóra pottinn í lottóinu eða þegar við hittum hinn eina/einu rétta í lífinu. Það er það hversdagslega sem gerir okkur hamingjusöm og því er gott að minna sig daglega á það hversu margt það er sem við getum verið þakklát fyrir í lífinu. Þannig aukum við hamingjuna og líka með því að tala um það sem er jákvætt og skemmtilegt í lífi okkar. Spyrjum börnin við kvöldverðarborðið: „Hvað gerðist skemmtilegt hjá þér í dag?“

Fundargestir gátu skrifað spurningar á blöð fyrir fyrirlesara en því miður var aðeins hægt að svara örfáum þeirra. Flestum spurningum var beint til skólastjóranna og hafa þeir fengið þær sendar svo þeir sjái hvaða mál það eru sem brenna á foreldrum. Fundargestir fengu einnig bæklinga með sér heim til að kynna sér betur t.d. um einelti, netheilræðin 10 og geðheilsuna. Þessa bæklinga má nálgast á heimasíðu Heimilis og skóla og Lýðheilsustöðvar. Svæðisráðið þakkar þeim fjölmörgu sem lögðu hönd á plóginn og/eða styrktu fundinn.

Elín Thorarensen, formaður svæðisráðs