

## **Staldtips til at præsentere PAF på et forældremøde eller personalemøde**

*Fra PAF vejleder Rikke Risager*

### **Fortæl hvad PAF står for (power, attitude, fokus).**

Giv gerne eksempler og brug gerne sætninger som børnene har forklaret det med. Fortæl om god og dårlig energi, og giv eksempel på at børnene godt ved om en lærer/pædagog kommer ind med god eller dårlig energi, men at de også mærker den derhjemme, stemninger, hvordan det er at komme hjem, hvordan bildøren bliver smækket eller andre eksempler.

Når der fortælles om fokus er det vigtigt, du nævner at børnene siger, der skal være fokus på underviseren og de andre, der siger noget. Men allervigtigst fokus på sig selv, hvordan er jeg i en gruppe.

### **Fortæl om børnenes motivation og indfaldsvinkel til PAF øvelser.**

Jeg oplever, de gerne vil være med. Alle kan være med for PAF handler om dem selv, så derfor kan alle sige noget.

Fortæl også at vi passer på dem, der synes det er svært, og at det altid skal være en god oplevelse at lave PAF.

Herefter vil jeg gå i gang med at lave øvelserne sammen med forældrene/personalet.

#### **1. PAF cirklen**

Start op nøjagtig på samme måde, når du laver en PAF cirkel i en klasse.

Fortæl om reglerne, vis øvelsen og vær grundig med at forklare.

(I forældregruppen vil jeg først lade dem fortælle deres navn til sidemanden til højre og venstre. Mange kender ikke hinanden og slet ikke ved navn)

Bed alle lige lave 3 vejrtrækninger, så alle lige kommer ned i kroppen.

Du starter med at sige hej til din sidemand på venstre side. Sig: Hej Berit – jeg hedder Rikke

Du skal være forberedt på at måtte hjælpe nogen ligesom det sker for børnene.

Når runden er færdig kan du fortælle at mange børn efterfølgende giver udtryk for, at cirklen giver dem ro, det er dejligt, det er rart at sige godmorgen/hej for det plejer vi jo aldrig, de bliver glad inden i, og det er dejligt at blive set.

Hvis du føler for det, kan du spørge om nogen fik samme fornemmelse, som deres børn?

## 2. Aldershierarki

Bed dem om at stille op i en cirkel efter alder. Fortæl at den yngste skal stå til venstre for dig og den ældste til højre for dig.

Det kan være sjovt at sige, at de ikke må snakke sammen om årstal og at øvelsen skal foregå i stilhed. Dette kan man i hvert fald gøre i personalegruppen, det er sværere i forældregruppen ikke at måtte tale lidt.

Når alle har en plads, starter du med den der står på yngste pladsen. Du vælger om de skal sige alder eller fødselsår, måned, dato. Du hører hele vejen rundt og nogen skal have en ny plads.

Når alle står rigtigt italesætter du, at der i en gruppe altid er forskel på alder, og selvfølgelig også forskel på meninger, tiden, opdragelse m.m. I en forældregruppe kan der sagtens være 30 års forskel og det samme og mere i en personalegruppe. Italesæt forståelsen af, at vi tænker forskelligt, fordi vi er vokset op i forskellige tider og det ene ikke er mere rigtigt eller forkert end det andet, men at det kan give diskussioner, som man nu har bedre forståelse for.

## 3. PAF billeder

### Børnehaver:

Del op i de børnehaver som børnene har gået i. Nævn byens børnehaver og en som hedder dem, der har gået et andet sted og den fjerde hedder passet hjemme.

Forældrene går ud til de hjørner, som du har udpeget til børnehave 1, børnehave 2, en anden børnehave og hjemme.

Typisk vil vise sig store grupper, der har gået i byens børnehaver og et par stykker der har gået i en anden børnehave. (Fortæl at det samme billede viser deres børn, og at alle børnene får lov til at fortælle noget de husker fra deres børnehave. Det samme gør børnene fra en anden børnehave, og de får lov at fortælle om, hvem de savner, og hvordan det er at være ny her)

Visuelt giver det et billede af, at vi skal huske at tage nogen med ind i fællesskabet.

### Piger/drenge:

Forældre, der har drenge går til den ene side og piger til den anden.

Lad dem sige hvad deres barn hedder og om det er første skolebarn eller er der flere børn, som er ældre.

Del dem i to grupper. Italesæt at der er forskel på at være første gang i skolesystemet eller om det er 2-3 gang.

**Søskende:**

Lad dem gå i grupper som de er født – Er de født som nummer 1-2-3-osv.

Lad dem snakke sammen om, hvad de er gode til, hvilke fordele og ulemper der er til at være født som dette nummer. (Denne øvelse er god i personale-gruppen)

I forældregruppen ville jeg efter de havde småsnakket med hinanden fortælle, at når børnene laver den øvelse kommer de frem til:

- At et'erne synes det er dejligt, at de får oplevet noget først, men at de synes de skal tage meget ansvar.

- To'erne er dem, der kan være lidt frækkere og gør som det passer dem. De står også tit og taler, når et'erne udtaler sig. De er ofte trætte af, at skal arve fra de største, og synes de store vil bestemme alt.

Tre'erne er tit de forkælede og nu er det jo gået godt med de to første, så nummer tre har det tit lettere og kan charme sig igennem og får lov til mere end de første.

Sig de ting, der er naturlige for dig at sige.

**4. Træd ind når det passer på dig**

Fortæl at man kan have forskellige emner f.eks. kæledyr, sport. Ved at bruge øvelsen træd ind, så kan man relatere til hinanden, hvem har det ligesom mig, eller få ny viden om hinanden.

Bed de personer træde ind i cirklen, der har:

Katte, Hunde, eller som går til fodbold, løber o.s.v.

Lav også nogle sjove nogen, så der kommer lidt grin.