



# TRIVSELREGLER MED VÅRDNADSHAVARE

## SYFTE:

TA FRAM ETT FÖRHÅLLNINGSSÄTT, SOM ÄR FÖRANKRADE HOS VÅRDNADSHAVARE, FÖR ATT ALLA BARN OCH UNGA SKA TRIVAS OCH ATT INGEN SKA KÄNNA SIG UTANFÖR. ATT HA TRIVSELREGLER GER I SIG EN TRYGGHET FÖR VÅRDNADSHAVARE DÅ ALLA VET VAD SOM FÖRVÄNTAS AV DEM.

## GÖR SÅ HÄR:

- Dela in vårdnadshavarna i mindre grupper.
- Be grupperna ge förslag på vilka regler eller förhållningssätt de anser är viktiga för att alla ska trivas och att ingen ska känna sig utanför. Hur kan de vara goda förebilder?
  - Försök sedan i helgrupp tillsammans enas om vilka förslag som ska gälla.
  - Samtala om trivselreglerna och dess betydelse så att alla har samma bild av vad det är ni kommit överens om.
- Dokumentera trivselreglerna och sätt gärna upp dem i träningslokalen som en påminnelse. Försök att vara kreativa med dokumentationen. Gruppen kan tillsammans göra en affisch, en kompletterande film eller på ett annat sätt som gör dem aktiva. Dokumentationen i sig kan vara en gruppstärkande övning och bidra till att trivselreglerna jobbas med på ett lustfyllt sätt. Dessutom tar ni fram material som går att sprida i olika kanaler, inte minst till spelarna så att de har kännedom om vad vårdnadshavarna kommit fram till.
- Utvärdera trivselreglerna på kommande träffar med vårdnadshavarna, där spelare med fördel är med och ger sitt perspektiv. Vilka har fungerat bra? Vilka är svåra att följa? Behöver reglerna justeras?

## TIPS TILL DIG SOM ÄR VUXEN OCH LEDER ÖVNINGEN:

Tänk på att trivselregler ska fokusera på det positiva och hur vi ska agera. Försök att fördela ordet så att alla kan vara delaktiga utifrån sina förutsättningar och vad de är bekväma med.

Exempel på trivselregler kan vara att vi alltid hälsar på alla barn på träningen, vilken typ av språkbruk vi använder eller att vi ställer frågor till barnen om vad som var roligt snarare än prestation.

