



Það þarf heilt þorp til að ala upp barn

Opinn foreldrafundur fyrir foreldra
barna á miðstigi
15. október 2024



Dagskrá

1. Gestir boðnir velkomnir

Regína Ásvaldsdóttir bæjarstjóri

2. Best saman

Margrét Lilja Guðmundsdóttir þekkingarstjóri Planet Youth

3. Samfélagslöggan

Elísabet Ósk Mariúdóttir og Alexander Sigurðsson lögreglumenn og samfélagslögur

5. Mentimeter og umræður – kaffi & kleinur

Ólafía Ásgeirsdóttir skrifstofustjóri hjá Mosfellsbæ





Best saman

Margrét Lilja Guðmundsdóttir
Pekkingarstjóri Planet Youth



Hvers vegna?

Hvert erum við komin?

Hvað klikkaði?

Hvað getum við gert?

Það fylgja engar leiðbeiningar

- Hvers vegna ætti ég að vita?
 - Hvað þarf ég að vita?
 - Hvar finn ég upplýsingar?
 - Hvað er rétt og hvað er rangt?
-
- ✓ Verum óhrædd við að spyrja – leita ráða og vinna saman.
 - ✓ Óhrædd við að gera eins og okkur er ráðlagt.



HRÖÐ ÚTBREIÐSLA SNJALLSÍMA FRÁ 2010

SAMFÉLAGSMIÐLAR
ÁHRIF Á JAFNINGJAHÓPINN
MEIRI UPPLÝSINGAR Í BOÐI
ANDLEG VANLÍÐAN / NETEINELTI / SAMSKIPTI

BREYTINGAR Í UPPELDISAÐFERÐUM – VIÐHORFUM TIL UPPELDIS

VINKONA / VINUR BARNIS
DREGIÐ ÚR SJÁLFSTÆÐI
„SLÉTTUN“, „ÞYRLUUPPELDI“, „FRJÁLST“, „EFTIRLÁTSAMT“...

BREYTINGAR OG ÁSKORANIR SÍÐASTLIÐIN ÁR

EFNAHAGSLEGIR OG ALÞJÓÐLEGIR ÞÆTTIR

FJÁRHAGSERFIÐLEIKAR
ÓJÖFNUÐUR OG MISMUNUN
OFBELDI OG STRÍÐ
LOFTSLAGSBREYTINGAR

COVID-19 FARALDURINN

EINANGRUN
EINMANALEIKI
ÖÐRUVÍSI SAMVERA
ROF Á SAMVINNU

Hvað vitum við

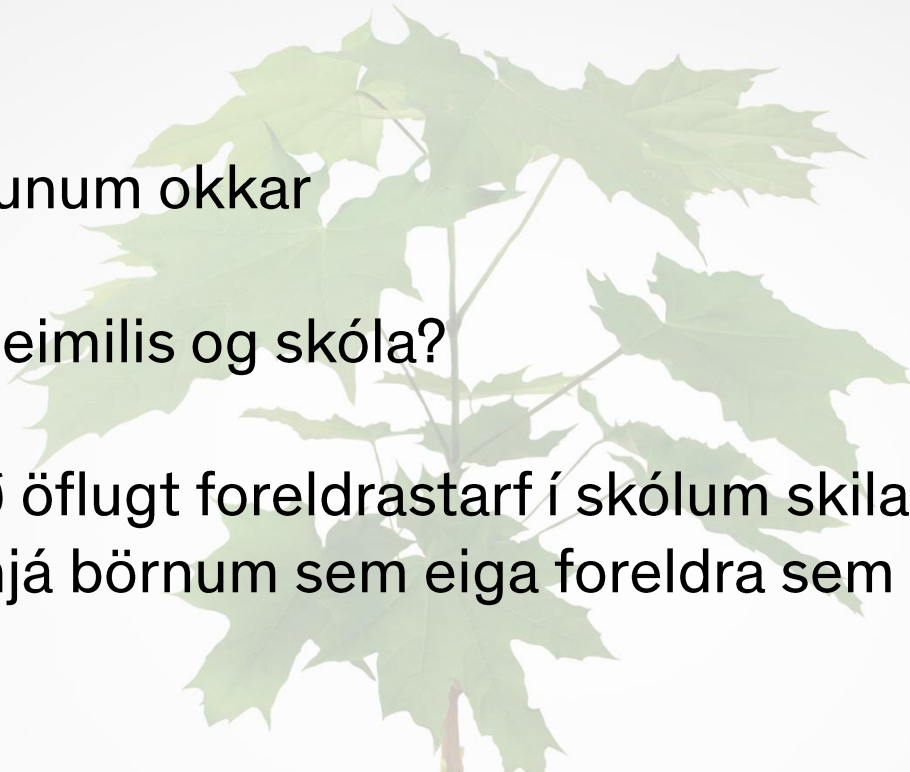
Hverjar eru áskoranirnar?

Hverju þurfum við að huga að?



Grunnur að því sem koma skal

- Samvera með börnunum okkar
- Hver er brúin milli heimilis og skóla?
- Rannsóknir sýna að öflugt foreldrastarf í skólum skilar betri líðan og betri námsárangri hjá börnum sem eiga foreldra sem eru virkir í slíku starfi.
- Foreldra samstarf í skólum – hvernig tölum við um það?
 - Gerum það jafn töff og annað í okkar lífi



Íslenska forvarnarmódelið

Stuðningur: umhyggja og hlýja
Eftirlit: vita með hverjum og hvar ungmenni
eru á kvöldin og um helgar
Tíma varið með foreldrum /
forráðamönnum

Þátttaka í skipulögðu starfi

Fritími

Foreldrar

Einstaklingur

**Jafningja-
hópurinn**

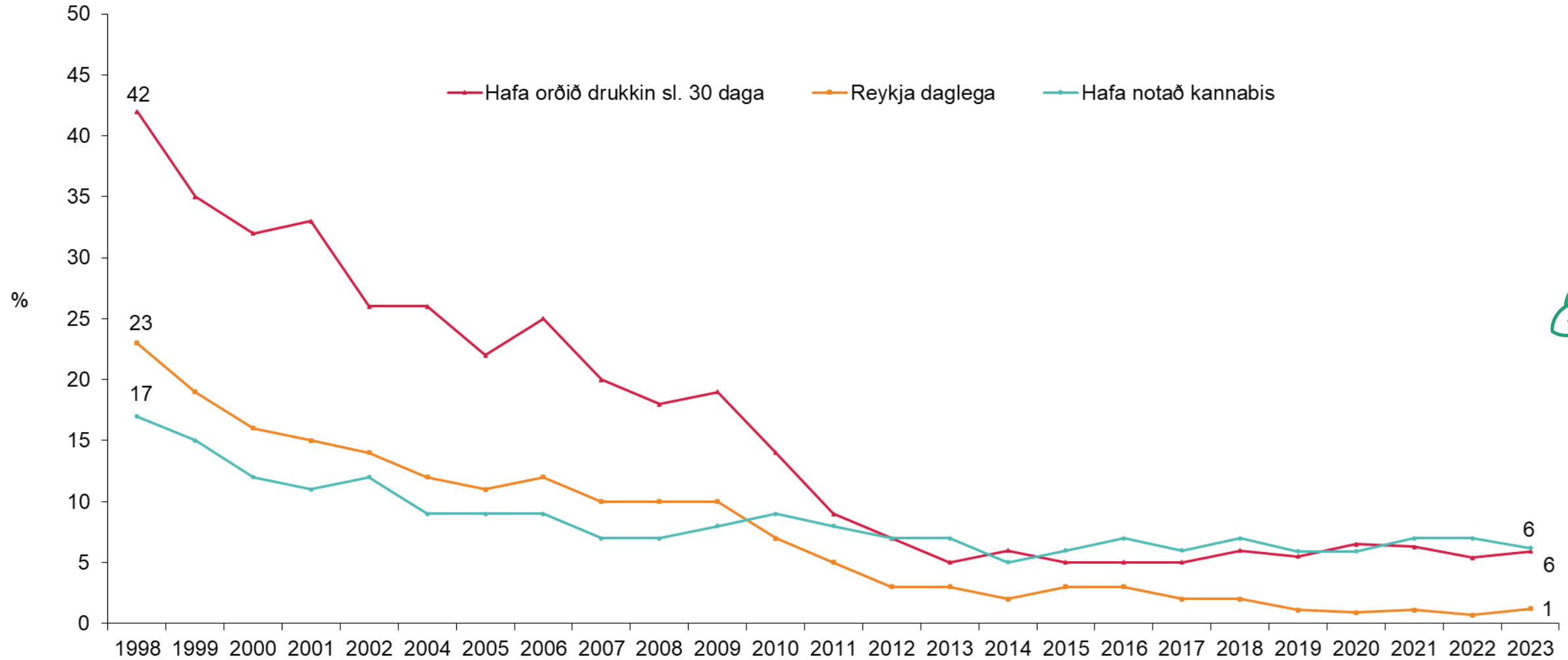
Eiga vini sem eru í neyslu, reykingar,
Tóbak, áfengi, ólögleg vímuefni
Hangs og án eftirlits

Skólinn

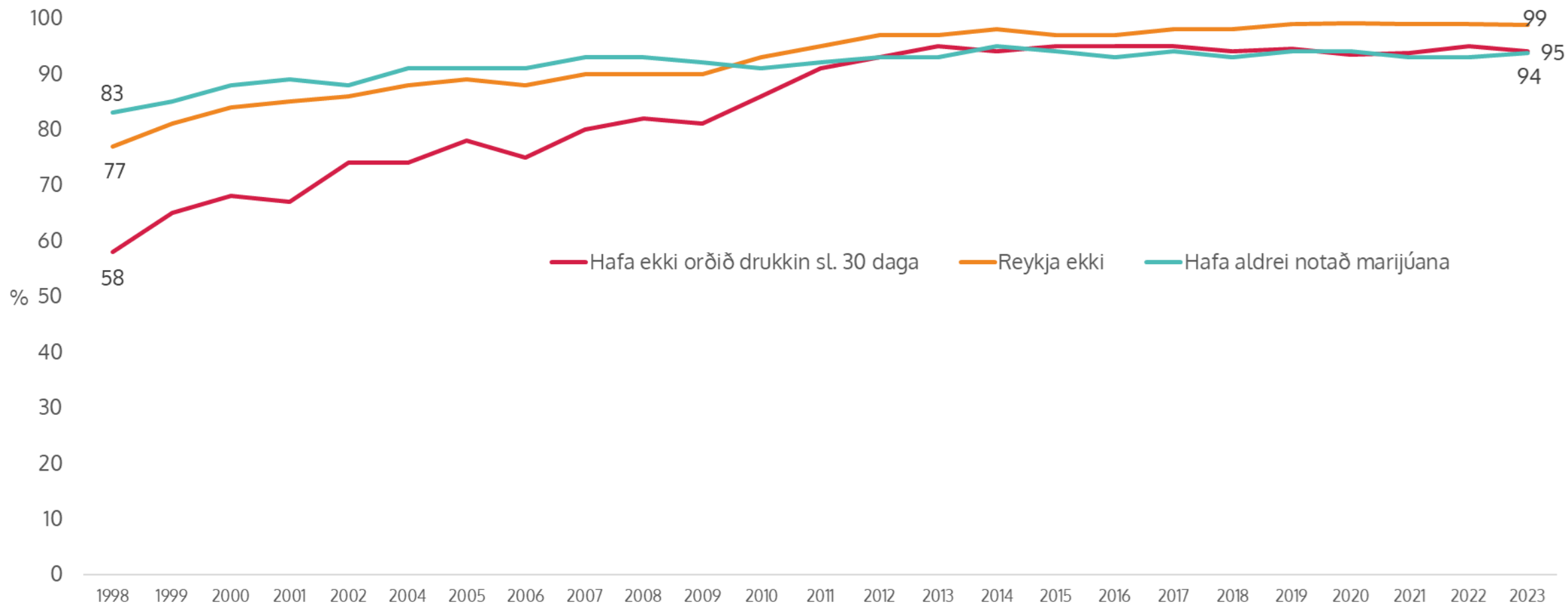
Líðan í skóla, einelti, vinir



Þróun vímuefnaneyslu meðal nemenda í 10. bekk á Íslandi, árin 1998-2023.



Yfirgnæfandi meirihluti nemenda í 10. bekk hefur ekki...





© Dave Imms

Iceland knows how to stop teen substance abuse but the rest of the world isn't listening

By **Emma Young**
17 JAN 2017

16
min

Health

Public health

In Iceland, teenage smoking, drinking and drug use have been radically cut in the past 20 years. Emma Young finds out how they did it, and why other countries won't follow suit.

It's a little before three on a sunny Friday afternoon and Laugardalur Park, near central Reykjavik, looks practically deserted. There's an occasional adult with a pushchair, but the park's surrounded by apartment blocks and houses, and school's out – so where are all the kids?

Walking with me are Gudberg Jónsson, a local psychologist, and Harvey Milkman, an American psychology professor who teaches for part of the year at Reykjavik University. Twenty years ago, says Gudberg, Icelandic teens were among the heaviest-drinking youths in Europe. "You couldn't walk the streets in downtown Reykjavik on a Friday night because it felt unsafe," adds Milkman. "There were hordes of teenagers getting in-your-face drunk."

Share this story



Republish

Listen to the free audio version ▾



Rannsóknir sýna...

Minni líkur á vanlíðan og frávikshegðan þegar foreldrar...

...verja tíma með börnunum sínum – samverustundir sem þurfa ekki að vera flóknaar.

...sýna stuðning – umhyggju og hlýju.

...þekkja vini barna sinna og foreldra vina.

...vita með hverjum og hvar börnin þeirra eru

...setja skýrar reglur um hluti í daglegu lífi barnanna. Hvað má gera og hvað ekki. Bæði heima og utan heimilis



Við vitum út frá rannsóknum að...

Minni líkur á vanlíðan og frávikshegðan þegar foreldrar...

...verja tíma með börnunum sínum – samverustundir sem þurfa ekki að vera flóknar. **Eru þær breyttar?**

...sýna stuðning – umhyggju og hlýju. **Hlutfall lækkar**

...samræður um persónuleg málefni. **Hlutfall lækkar**

...þekkja vini barna sinna og foreldra vina. **Hlutfall lækkar**

...vita með hverjum og hvar börnin þeirra eru **Hlutfall lækkar**

...setja skýrar reglur um hluti í daglegu lífi barnanna. Hvað má gera og hvað ekki. **Hlutfall lækkar**





Ég vil ekki að barnið mitt
sé eina barnið sem...

...fær ekki snjallsíma

...þarf að koma heim fyrir tilskilinn tíma

...fær ekki að nota samfélagsmiðla





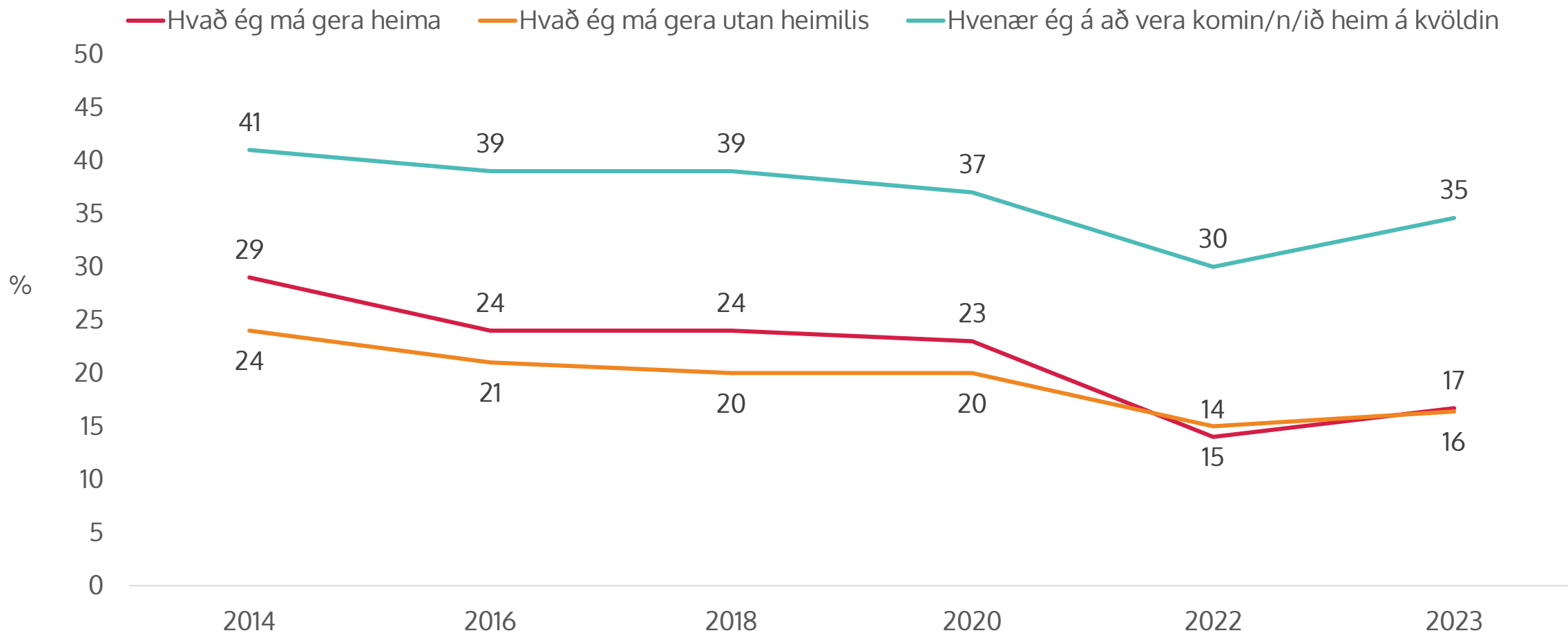
Áskoranir

- Of lítill nætursvefn
- Of mikill skjátími
- Of ung börn á samfélagsmiðlum
- Andleg vanlíðan
- Vond samskipti
- „Nýjar“ tegundir vímuefna t.d. nikótín- og koffínvörur þar sem unglingar og ungmenni eru markhópurinn.



Foreldrar mínir setja ákveðnar reglur um...

Hlutfall nemenda í 8., 9. og 10. bekk sem segir að það eigi mjög vel við um þau Landið í heild 2014-2023



Hvað er góð samverustund?

Hvernig sambandi viljið þið vera í við foreldra ykkar?

Nemandi úr 9. bekk í grunnskóla:

„Góðu og heilbrigðu sambandi, maður á að geta treyst foreldrum sínum og talað við þau um allt. Foreldrar eiga að hafa áhuga á börnum sínum og þykja vænt um þau og vilja vita hvar þau eru.“

„Góð fjölskyldustund er þegar öll fjölskyldan er saman og allir eru að taka þátt í því sem er að gerast“

„Spjalla saman, horfa á mynd, spila spil, út að borða, borða kvöldmat saman“

„Góður tími með fjölskyldunni án neinna truflana eins og t.d. síma“

Útivistartíminn - Hvað vitum við?

Nemendur sem eru úti eftir að útivistartíma lýkur:

- Sofa minna
- Líður verr andlega
- Taka síður þátt í skipulögðu íþrótta- og tómstundastarfi
- Notað frekar vímuefni (á líka við koffín-drykki og nikótín)

Hangs og án eftirlits

Samfélagsmiðlar

Til margra hluta nytsamir

Hannaðir til að gera okkur háð

Allir miðlarnir eru með aldurstakmörk

- Að minnsta kosti 13 ára

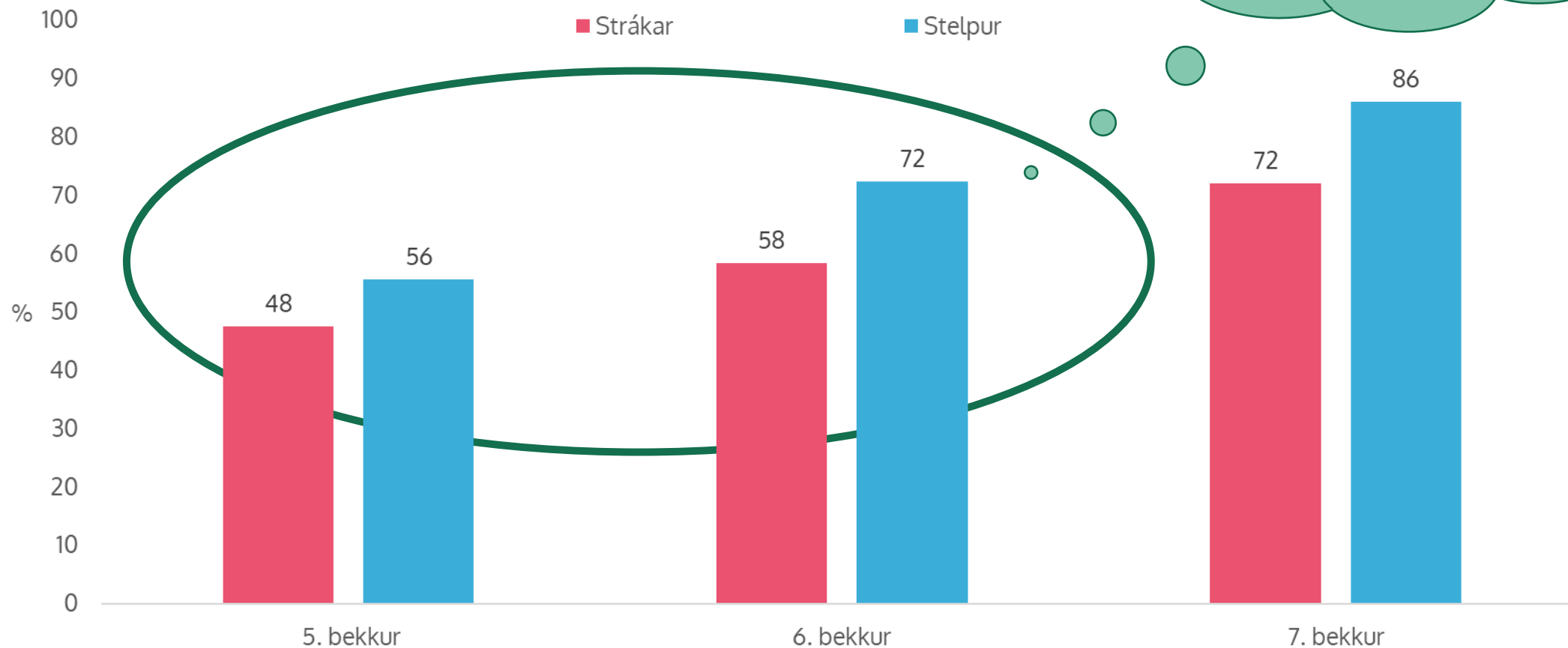
Óendanlegt magn af allskonar

Bæði fallegu og svo hreinum viðbjóði

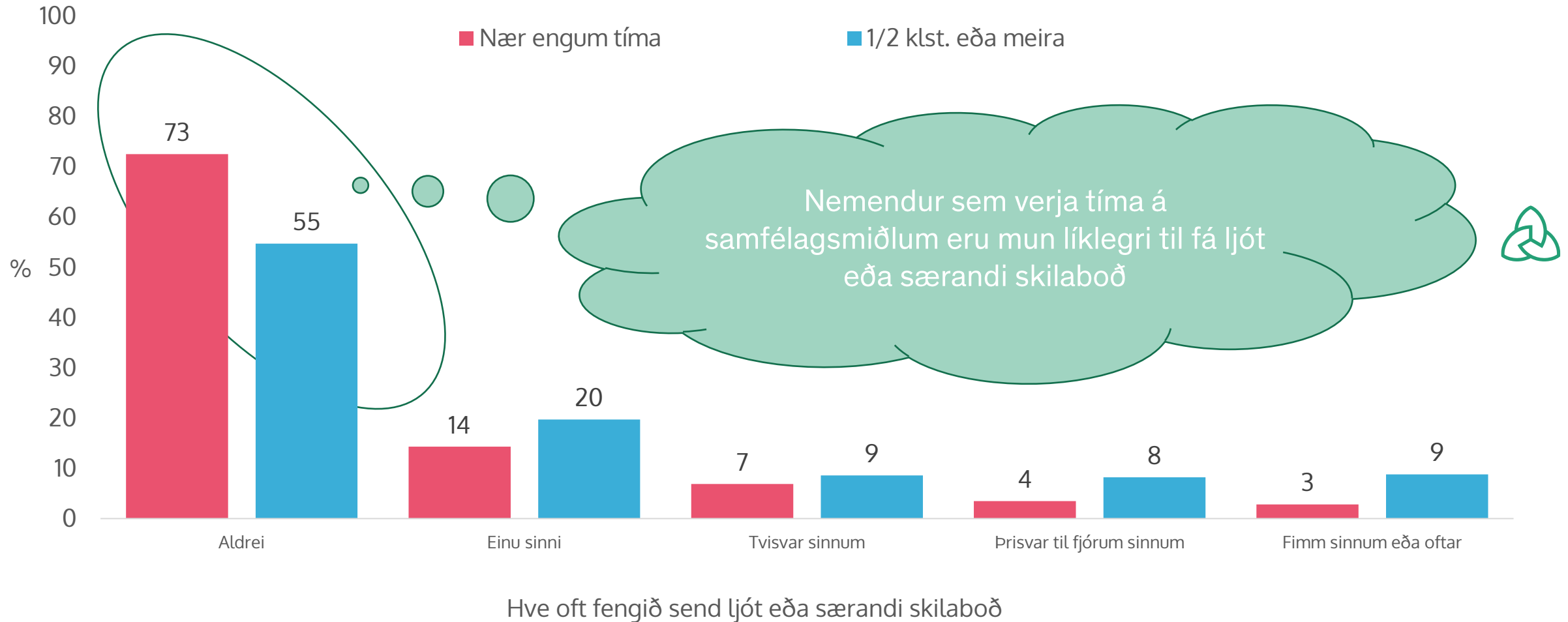
Oft fyrstu kynni barna af allskonar!



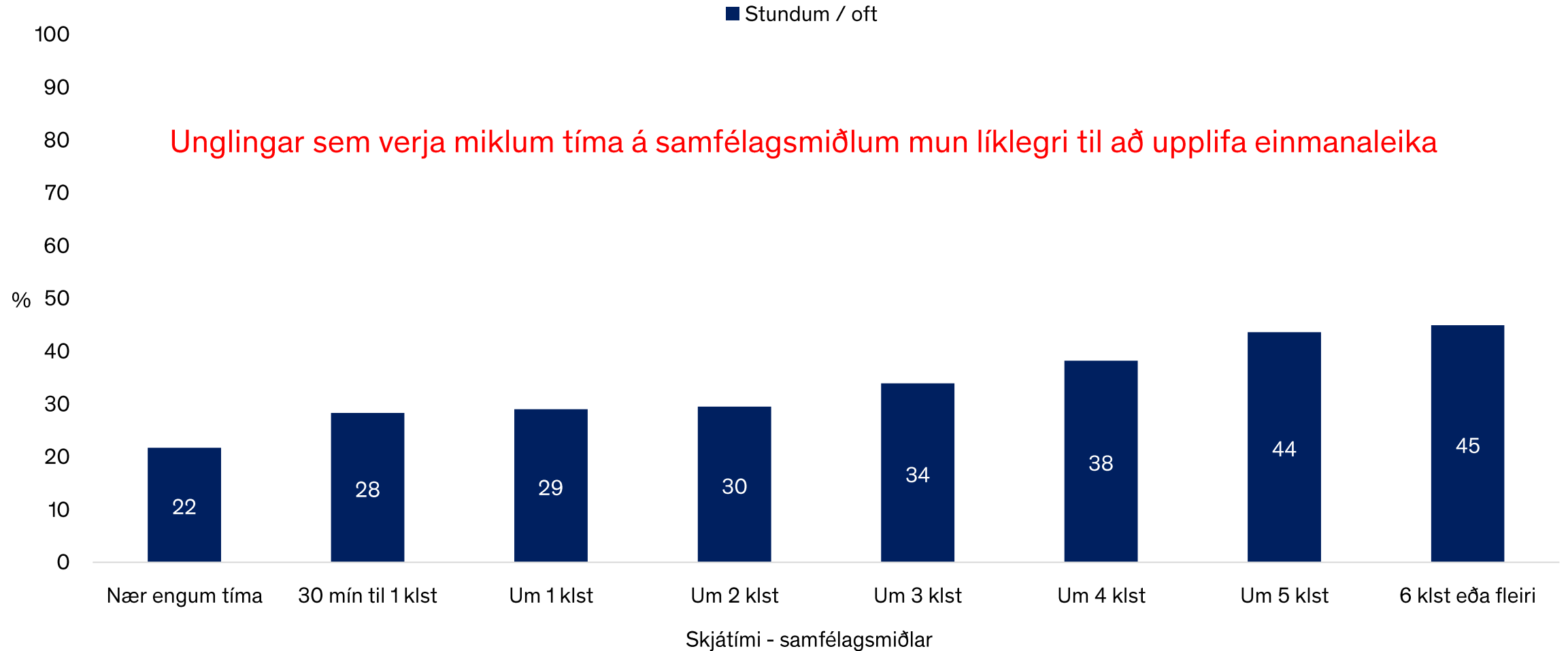
Hlutfall nemenda á miðstigi (5., 6. og 7. bekk) sem eru ½ klst. eða meira á samfélagsmiðlum daglega.



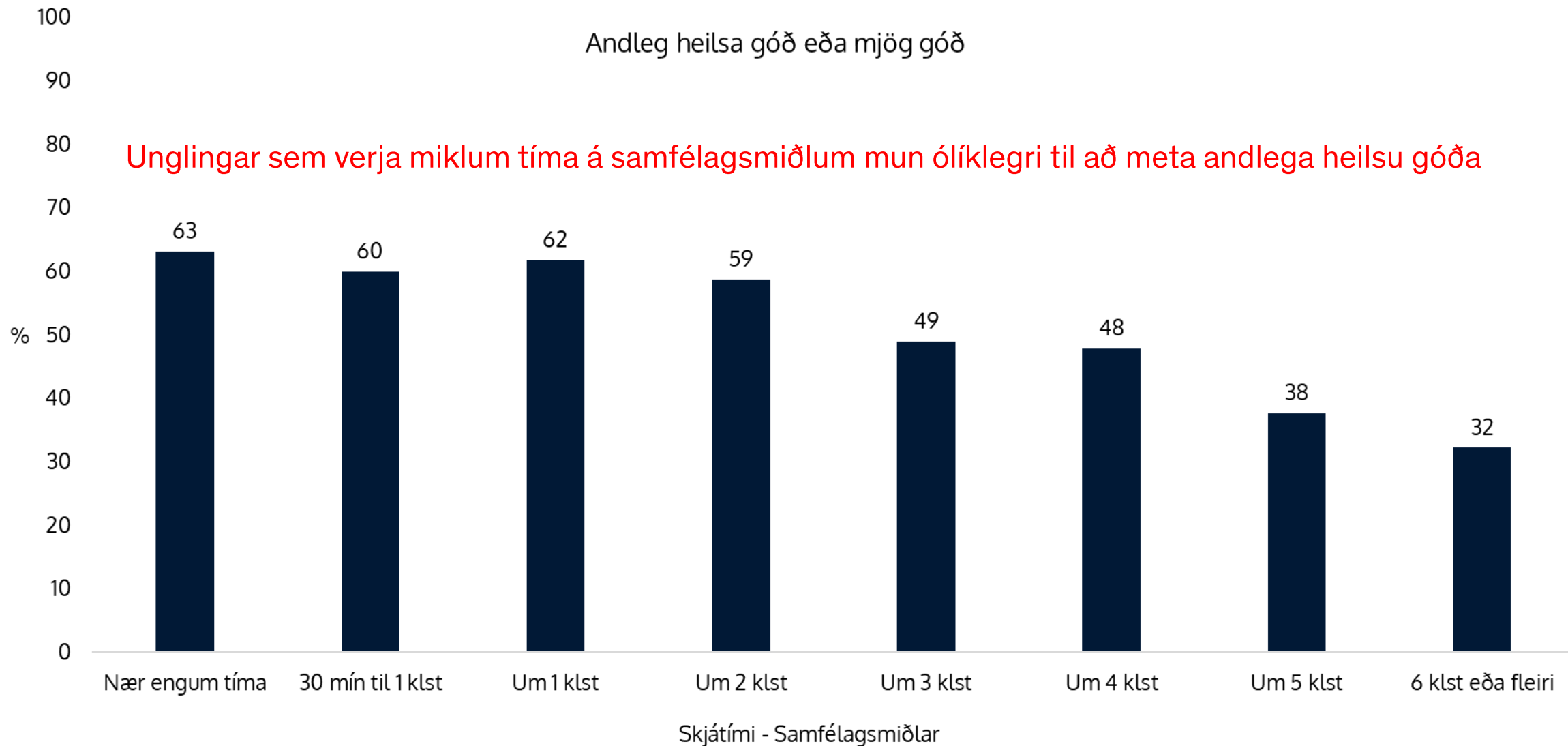
Þú fengið send ljót eða særandi skilaboð frá einstaklingi eða hópi í gegnum síma eða netið – greint eftir því hvort nemandi verji tíma á samfélagsmiðlum



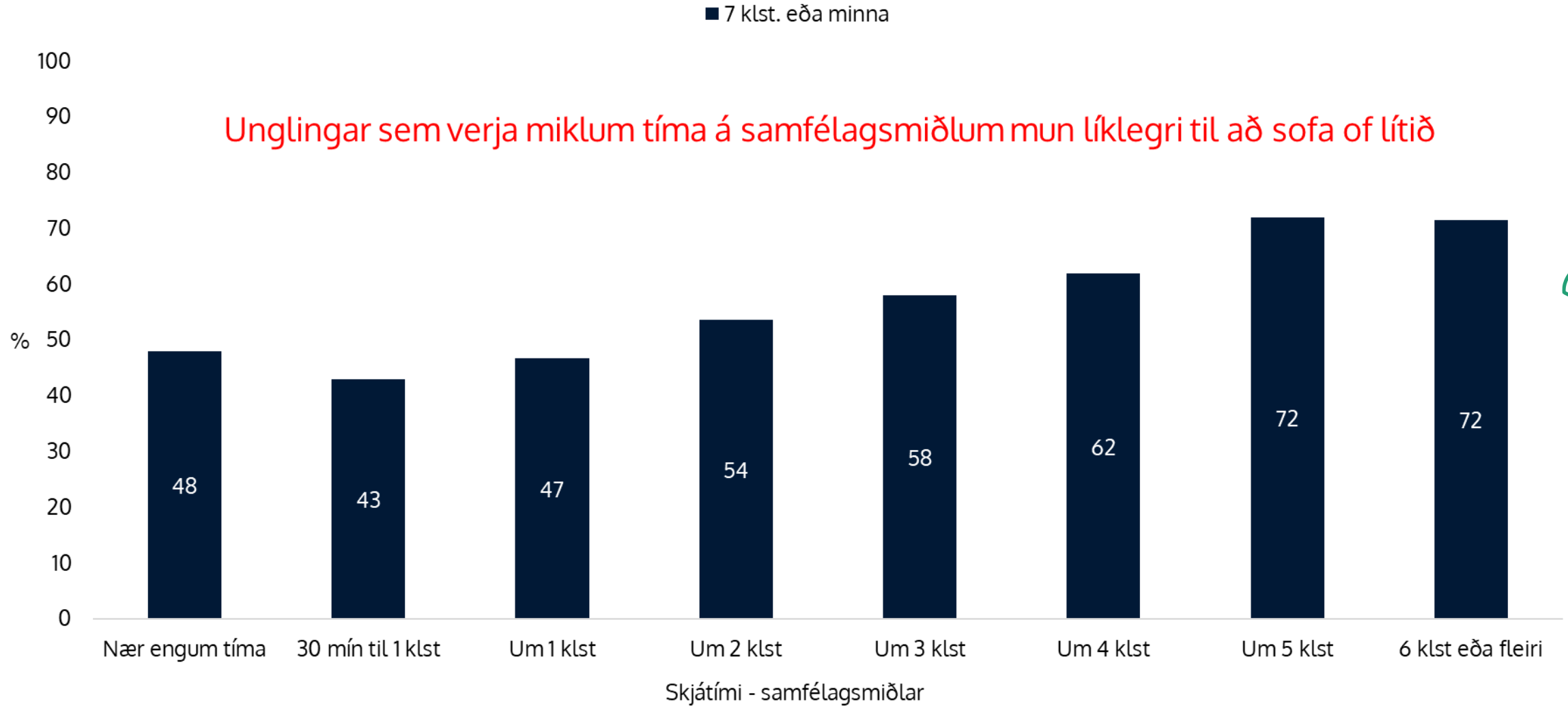
Fjöldi klukkutíma á dag á samfélagsmiðlum borið saman við einmanaleika. Nemendur í 10. bekk, landið í heild árið 2022



Nemendur í 10. bekk sem segja andlega heilsu sína vera góða eða mjög góða borið saman við fjölda klukkutíma á dag á samfélagsmiðlum




Fjöldi klukkutíma á dag á samfélagsmiðlum borið saman við meðal nætursvefn. Nemendur í 10. bekk á landinu í heild árið 2022



Samtal og eftirlit

- Lífið – skólinn
 - Mikilvægi – rétt og rangt
- Síma, netið, samfélagsmiðla og tölvuleiki
- Rafrænan útivistartíma
- Virða aldurstakmörk
- Skólarnir leysa ekki fyrir okkur
- Við þurfum að hjálpast að



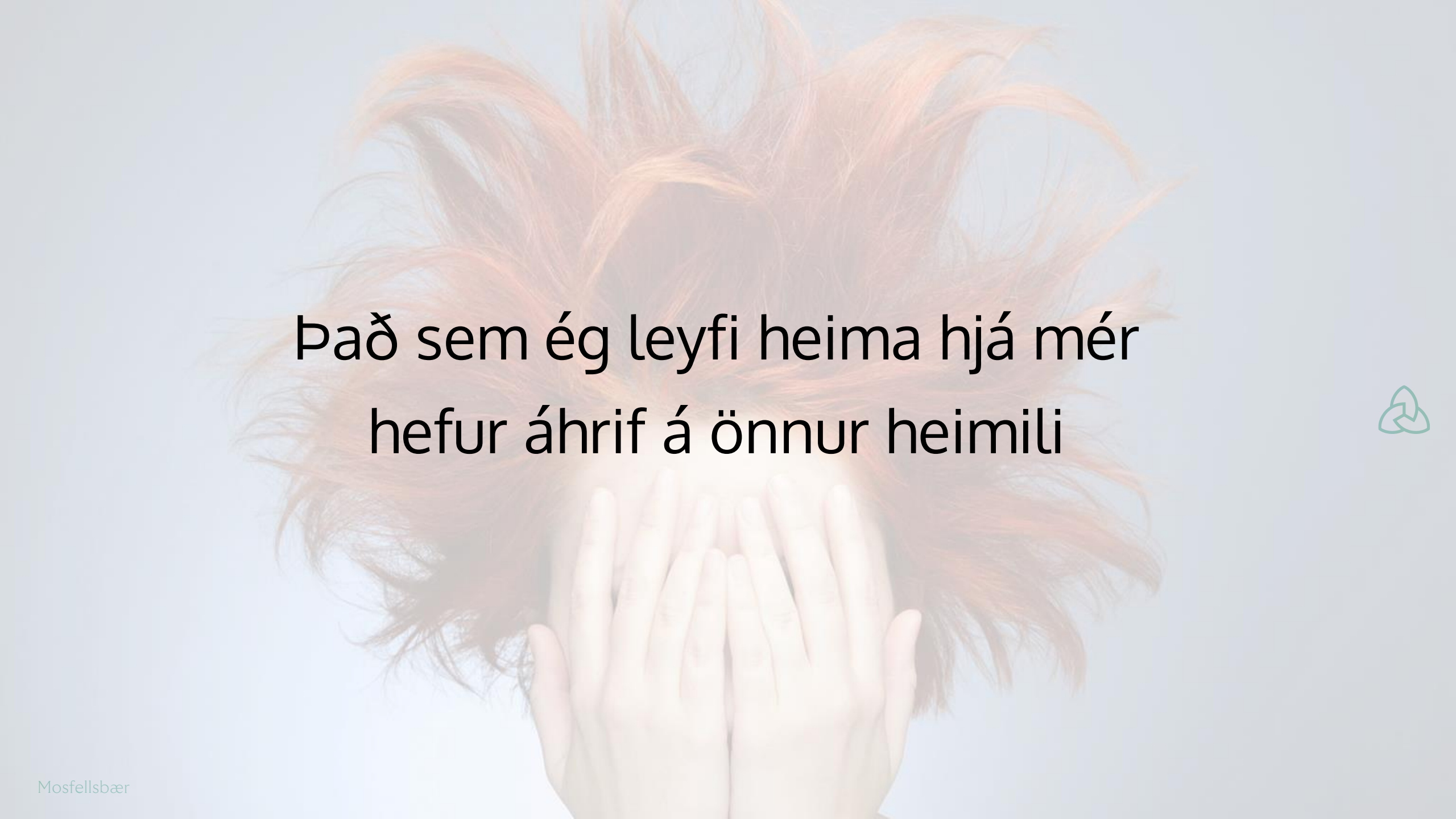


Hvar fær barnið mitt að tilheyra

Keðja ofbeldis – keðja eineltis


Keðja viðhorfs – eða hegðunar





Það sem ég leyfi heima hjá mér
hefur áhrif á önnur heimili



A large field of white umbrellas, with one red umbrella standing out prominently in the center. The umbrellas are arranged in a grid-like pattern, creating a sense of depth and repetition. The red umbrella is the focal point, contrasting sharply with the sea of white.

Það sem er leyft á öðrum heimilum
hefur áhrif á mitt heimili

A person wearing a yellow apron and checkered slippers is mopping a light-colored floor. The mop has a blue head and a silver handle. A blue spray bottle with a white nozzle is on the floor next to the mop. In the background, there is a blue bucket with yellow gloves and a green cloth hanging over it. The floor is highly reflective, showing the person's legs and the cleaning tools.

Við leysum ekki með því að hreinsa til í kringum börnin okkar



Við gerum þetta ekki ein

Takk fyrir





Samfélagslögur Rætt við foreldra

Samfélagslöggur

- Byrjar 2019
- Tveir lögreglumenn á hverri stöð
- Mynda tengsl og traust við samfélagið
- Samvinna með hagaðilum





Áhersla á unglíngadeild í grunnskólum



- Ofbeldi
- Sakhæfi
- Vopnaburð
- Hvert get ég leitað?
- Hvernig lögreglan vinnur úr tilkynningum
- Umræður



Hvað erum við að
ræða um við



Hvað geta foreldrar gert?

Þekkja vini barnsins- þekkja foreldra þess

Fylgjast með símanum, setja mörk

Snapchat, TikTok, Discord og Telegram

Spyrja spurninga: með hverjum, hvert, gera hvað?

Ekki eftirlitslaus party

Lögbundinn útivistartími – aðkoma lögreglu

ÚTIVISTAR- REGLURNAR*

*Skv. 92 gr. laga nr. 80/2002

Á skólatíma 1. september til 1. maí

12 ára börn og yngri
mega lengst vera úti til kl. 20

13 – 16 ára börn mega
lengst vera úti til kl. 22



112.is mikið magn upplýsinga



Þekkir þú ofbeldi?

Hér eru dæmisögur af fólki í ýmsum erfiðum aðstæðum. Stundum getur verið erfitt að átta sig á muninum á tímabundnum slæmum samskiptum og ofbeldi. Lestu sögurnar og svaraðu því hvað þú heldur að sé ofbeldi.



Bylgja

Bylgja er nýflutt að heiman í litla en mjög kósi íbúð stutt frá háskólanum. Í fyrstu finnst henni leigusaliinn vingjarnlegur og ...



Ingvar

Ingvar er þrettán ára og æfir körfubolta. Nýi þjálfarinn hans er hress og unglegur þótt hann sé kominn yfir þritugt ...



Linh

Linh er þritug kona frá Vietnam. Hún og Jón eru gift og eiga tvö börn á leikskólaaldri. Henni fannst erfitt að ...

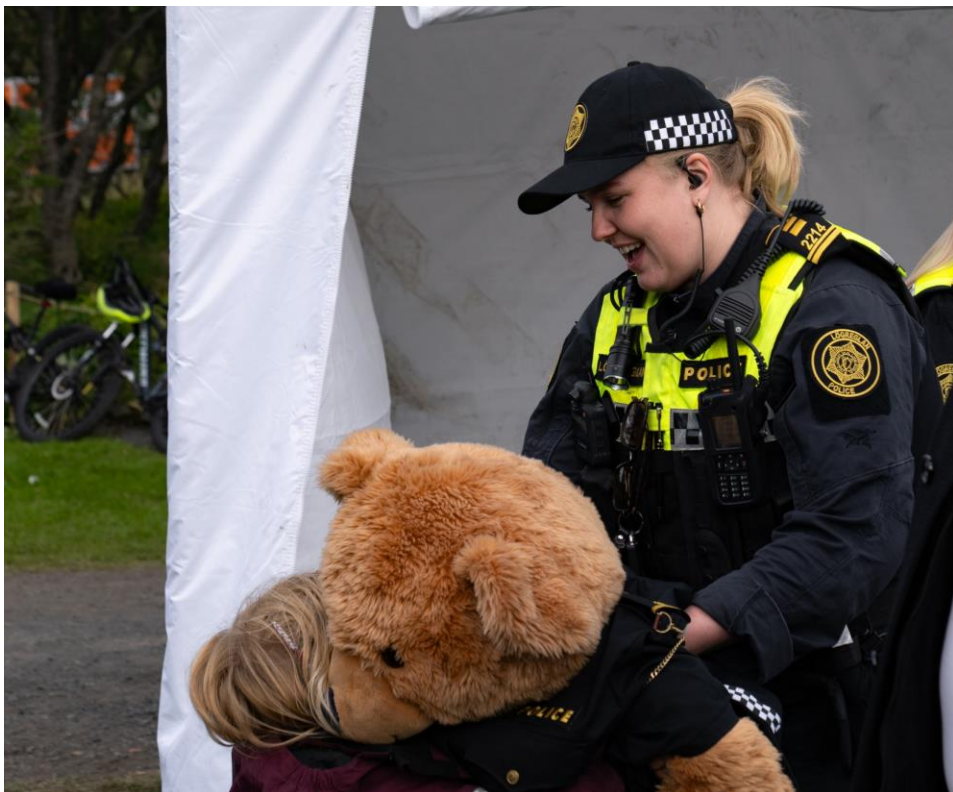
🏠 > Fyrir fullorðna - Ofbeldi gegn börnum > Ráð fyrir foreldra barna sem beita eða verða fyrir ofbeldi

Ráð fyrir foreldra barna sem beita eða verða fyrir ofbeldi

Foreldrar og aðrir í lífi barna og ungmenna geta minnkað líkur á að þau beiti eða verði fyrir ofbeldi.

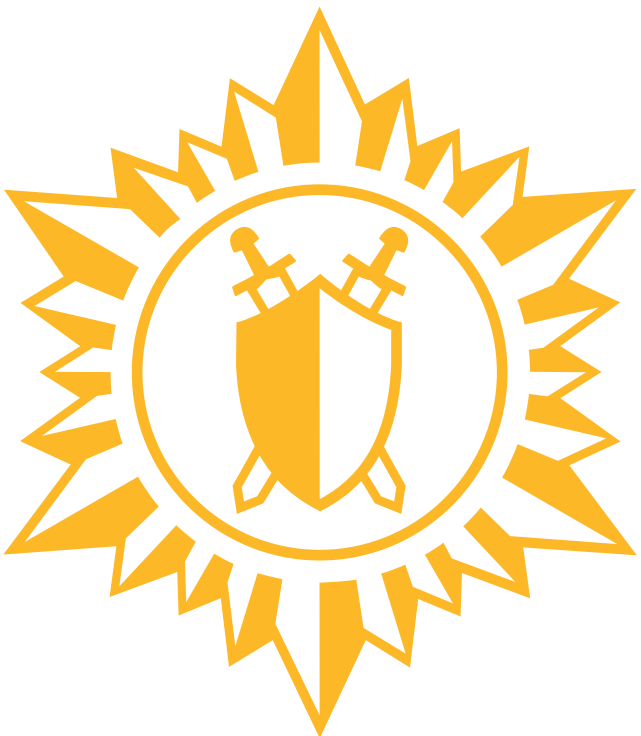


Af hverju slást ungmenni?



Takk fyrir

 [samfelagsloggur](#)



Mentimeter.com



Hvað getum við sem foreldrar gert
til að styðja við vellíðan og
öryggi barnanna okkar?



Hvernig getur Mosfellsbær stutt við
foreldra ?



Takk fyrir!

