



TEMAHEFTE FRA PPT FOR YTRE NORDMØRE

TA GREP

OM UTFORDRENDE
ATFERD I SKOLEN

Heftet kan lastes ned fra PPT for Ytre Nordmøre sin hjemmeside: <http://www.pptytrenordmore.no>

Innhold

Innledning.....	3
Hvilke elever er heftet rettet mot	5
Skolens møte med eleven	5
Utfordrende atferd	6
Relasjon	6
På toppen av pyramiden	8
Klasseledelse	9
Tiltaksplan: skjema	10
Tiltaksplan: beskrivelse av tiltakene.....	10
Mer om utviklingsplan.....	12
Mer om trening på sosiale ferdigheter	13
Mer om belønning.....	14
Mer om tilpassing i klasserommet	15
Mer om faglige tilpassinger	16
Mer om avbrekk	17
Mer om forsterket foreldresamarbeid	18
Mer om konsekvenser	18
«Rutiner og tips»	21
Materiell	23
Eksempel på belønningskort og kort for individuelt avbrekk	23
Utviklingsplan	24
Logg for samarbeid skole-hjem	25
Evalueringsav mål	26
Ønskeliste til alle lærere.....	27
Konsekvenshierarki	28
Kilder benyttet i alle heftene:.....	29

Innledning

Høsten 2012 startet prosjektet «Ta grep» i PPT for Ytre Nordmøre. Prosjektet kom i stand etter et foregående prosjekt; «Rett diagnose, men feil 'medisin'», hvor målet var å redusere behovet for spesialundervisning ved en analytisk tilnærming til skolens praksis.

Prosjekt «Ta grep» skulle gi et svar til blant annet hvordan skolene kunne redusere behovet for spesialundervisning ved å styrke den ordinære undervisningen og læringsmiljøet. Dette arbeidet er i tråd med UDIRs satsing på klasseledelse og hva nyere forskning viser er viktig. Et godt læringsmiljø gir gode læringsresultater.

Dette heftet er ett av flere i serien «Temahefter fra PPT for Ytre Nordmøre». Heftene er en del av PPTs satsing på et godt læringsmiljø. I Meld. St. 18 (2010-2011) defineres læringsmiljø som: «*De samlede kulturelle relasjonelle og fysiske forholdene på skolen som har betydning for elevens læring, helse og trivsel.*»

De foregående heftene fra PPT er:

- «Ta grep om forventninger til sosiale ferdigheter»
- «Ta grep om positiv oppmerksomhet, ros og oppmuntring»
- «Ta grep om gode og effektive beskjeder»
- «Ta grep om inspeksjon i friminuttene»
- «Ta grep om relasjonsbygging til elever»
- «Ta grep om psykisk helse og mobbing i skolen»
- «Ta grep. Informasjon om og forankring av heftene»

Alle heftene kan lastes ned gratis fra PPTs hjemmeside.

De foregående heftene i «Ta grep» beskriver proaktive tiltak, dvs. hva vi gjør i forkant for å redusere utfordrende atferd. Skolen må jobbe godt med disse tiltakene for å redusere uønsket atferd. I dette heftet beskriver vi både proaktive og reaktive tiltak. Reaktive tiltak beskriver hvordan skolen kan møte den utfordrende atferden. Dette heftet bør brukes sammen med andre proaktive tiltak blant annet beskrevet i temaheftene i «Ta grep».

Alle temaheftene fra PPT bygger på anerkjent kunnskap om hva som gir effekt i skolen, både med tanke på sosiale og faglige ferdigheter. Det er gjort mye forskning og skrevet mange gode bøker om disse temaene. Vi gjenforteller noe av dette og har knyttet det til praktiske tips i skolehverdagen. Både innholdet i heftene og de ulike praktiske tipsene er i tråd med UDIRs satsing på læringsmiljø.

Før skolen tar i bruk dette heftet bør arbeidet med implementering ha blitt gitt tilstrekkelig tid på skolen. Implementering handler om å utføre en plan i praksis. Det er avgjørende for resultatet at de som skal utføre tiltakene opplever at dette er deres plan. Forskningsbasert vurdering av de skoleomfattende programmene vi refererer til, viser til flere suksessfaktorer for å lykkes med endringsarbeid i skolen. Vi trekker frem:

- Ledelsens engasjement og oppfølging av arbeidet.
- Godt arbeid med implementeringsprosessen.
- Systematisk arbeid med temaene over tid.
- Oppfølging fra skolens støttesystem (her PPT).

For å endre læringsmiljøet må vi som jobber i skolen analysere og vurdere vår egen praksis. Vi må våge å prøve det vi tror er riktig, vi må evaluere resultatene av dette arbeidet og ikke minst endre det

som ikke fungerer. Når elever ikke lykkes på skolen skal vi først og fremst se på det sosiale systemet denne eleven er en del av. Vi skal endre det vi kan endre; tilpassinger i klasserommet og vår egen praksis.

Elever som utfordrer de voksnes rolle vil i stor grad påvirke læringsmiljøet i klassen. Lærerens evne til å bygge en god relasjon til alle elevene er grunnsteinen i det inkluderende læringsmiljøet. Ved å etablere en god relasjon kommer læreren i en posisjon hvor hun kan korrigere elevene på en trygg måte. Når en god relasjon er etablert er det større sannsynlighet for at læreren kan motivere elevene til arbeid og finne de riktige oppgavene for mestring.

Suksessfaktorer i arbeidet med å håndtere utfordrende atferd er flere. Vi nevner noen: De voksne må jobbe så likt som mulig. De må hele tiden være i forkant og legge til rette for at unødvendige triggerer er redusert. Samtidig må elevene få trening i sosiale ferdigheter og i funksjonelle strategier.

For å gjøre dette arbeidet godt og positivt er det avgjørende at skolen har utarbeidet rutiner for samarbeid med alle voksne som jobber med de elevene det gjelder. Forslag til rutiner er beskrevet nærmere i heftet.

Dette heftet er ikke en fasit på hvordan dette arbeidet skal gjøres. Det er bygget på ideer fra PMTO (Parent Management Training Oregon), PALS (Positiv Atferd, støttende Læringsmiljø og Samhandling), fra DUÅ (De Utrolige Årene) og fra erfaring som sosiallærer, kontaktlærer og leder av et atferdsteam med mye vekt på sosial ferdighetstrening.

Heftet vil ha størst nytte om tipsene prøves ut i samarbeid med ledelse og alle de som jobber med eleven(e). Det må være tilpasset både læreren, eleven og skolen. Uansett tiltak er det viktigste at det er gjennomførbart, og at det sikrer eleven suksess.

En hjertelig takk til Erling Roland, professor i spesialpedagogikk ved Nasjonalt senter for læringsmiljø og atferdsendring ved Universitetet i Stavanger; Lisbeth Iglum Rønhovde, spesialpedagog, forfatter og kursholder; Patrick Glavin, adjunkt, forfatter og kursholder, for gjennomlesing og konstruktiv tilbakemelding.

Til alle voksne i skolen: Lykke til med dette spennende arbeidet.

Tone M. Berg
Leder av prosjektet «Ta grep», PPT for Ytre Nordmøre

Tormod Sandvik
Leder av PPT for Ytre Nordmøre

Christine Reitan
Leder av styret i PPT for Ytre Nordmøre

Hvilke elever er heftet rettet mot

Vi ønsker ikke å avgrense målgruppen som dette heftet er rettet mot. Heftet skal være til støtte for deg som opplever å stå i en undervisningssituasjon du opplever som utfordrende. Når vi videre refererer til «eleven» er det en generalisering av elever som uavhengig av årsak viser en utfordrende atferd. Tiltakene vi beskriver er ment å være med på å påvirke elever slik at den utfordrende atferden blir redusert.

I PALS og PMTO deles barnegruppen inn i forhold til grad av atferdsutfordringer. Forskning viser at ca. 80 % av elevene ikke har atferdsutfordringer av en slik karakter at vi skal iverksette tiltak. Denne elevgruppa vil fungere godt med skoleomfattende proaktive tiltak. Det vi til en hver tid gjør for å bygge et godt læringsmiljø i klassen. Ca. 15-17 % av elevene betegnes som i fare for å utvikle atferdsproblemer. For denne elevgruppen kan vi iverksette individuelle treningsopplegg og støttesystemer. De resterende 3-5 % er elever som har alvorlige atferdsproblemer. For denne gruppen elever må vi iverksette skreddersydde tiltak (Atferdssenteret i Oslo – Norsk senter for studier av problematferd og innovativ praksis, 2006). Vi beskriver noen tiltak som er rettet mot begge disse gruppene. De universelle tiltakene er beskrevet i de øvrige heftene i «Ta grep».

For elever med f. eks. motivasjonsvansker og uro vil en stor grad av tilpassing av undervisningen og variasjon av læringsstiler og undervisningsmetoder kunne øke både elevens innsats og læringsutbytte. Dette er universelle tiltak, men det er særlig viktig med et stort repertoar av tilpassingsstilmålinger for å gi alle elevene en opplevelse av mestring.

Skolens møte med eleven

Det er rettet mer oppmerksomhet mot elever med en stille innadvendt atferd de senere årene. Dette er viktig med tanke på forebygging av psykiske lidelser. Når vi her omtaler utfordrende atferd, mener vi den utagerende atferden som utfordrer læreren og andre voksne i skolehverdagen. Det er atferd som vanskeliggjør undervisningen, som provoserer de voksne og som påvirker læringsmiljøet negativt.

Hvem er elevene med utfordrende atferd? Hva er vårt elevsyn? Dette er elever som er sårbare. Noen har diagnose, andre ikke. Men de har vansker. Ross W. Green (2011) beskriver det som manglende viktige tenkeferdigheter. I skolen har vi gode rutiner for å hjelpe elever med manglende ferdigheter i fag. Vi kartlegger eller utreder vanskene, vi setter inn tiltak der vanskene er, og vi øver. Har vi tilsvarende tilnærming til elever med emosjonelle, sosiale og atferdsmessige vansker?

Disse elevene hører også hjemme i vår skole. Vår oppgave som voksne i skolen blir å jobbe systematisk og relasjonelt slik at både eleven med atferdsutfordringer og resten av klassen får et best mulig læringsmiljø og læringsutbytte av undervisningen. Målet er et støttende læringsmiljø preget av raushet, hvor alle, uansett nivå, er trygge nok til å by på seg selv.

Før vi iverksetter individuelle tiltak, må alle voksne som jobber med eleven reflektere over og drøfte:

- Hva antar vi trigger elevens atferd?
- Er det forskjell på atferd i forskjellige fag?
- Er det forskjell på atferd avhengig av hvilke voksne eleven samarbeider med?
- Når jobber eleven best? I grupper? Enkeltvis? Sammen med enkelte elever?
- Hvordan fungerer eleven i overgangssituasjoner?
- Hva tror vi eleven ønsker å oppnå?

Denne analytiske tilnærmingen til dagens situasjon og viljen til å reflektere over egen praksis, må alltid ligge til grunn for arbeidet videre.

Vi foreslår at skolene lager en tiltaksplan for hvordan de skal jobbe med elever med utfordrende atferd. Ved å lage en tiltaksplan mener vi at arbeidet kvalitetssikres i tillegg til at skolen dokumenterer sitt arbeid.

I de øvrige heftene i «Ta grep»-serien legges det vekt på to sentrale prinsipper for å bedre læringsmiljøet, redusere uønsket atferd og styrke den ordinære undervisningen:

- **Oppmerksomhetsprinsippet** viser til at den atferden vi gir oppmerksomhet sannsynligvis vil øke.
- **Rollemodellprinsippet** beskriver at den atferden vi voksne modellerer er den atferden barna erfarer er akseptert og forventet.

Hvordan vi modellerer ønsket atferd, og hvilken elevatferd vi retter vår oppmerksomhet mot er viktige perspektiver å ta med i denne drøftingen.

Utfordrende atferd

I heftet bruker vi begrepet: «utfordrende atferd». Det er et bevisst valg å bruke et beskrivende uttrykk fremfor begreper som atferdsforstyrrelse eller atferdsvanske.

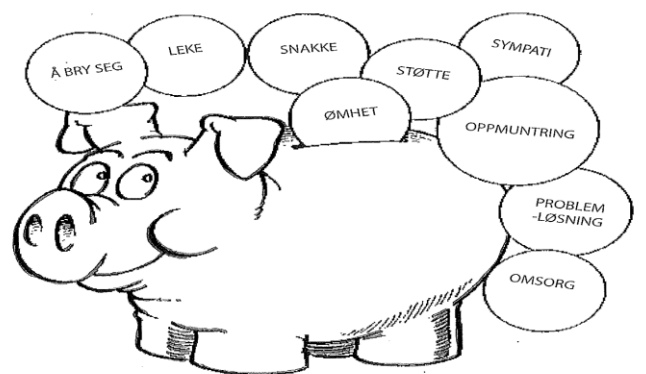
Det er elevens vansker som skal ligge til grunn for den tilretteleggingen skolen og læreren gjennomfører. Vi skal tilrettelegge skolehverdagen både organisatorisk og pedagogisk, uavhengig av diagnoser. Vi skal tilrettelegge undervisningen ut fra elevens evner, forutsetninger og vansker.

Ut fra den forståelsen bruker vi begrepet utfordrende atferd. Utfordrende atferd forstås som den atferden som utfordrer de voksnes rolle, deres mulighet for å gjennomføre undervisningen og til å opprettholde et trygt læringsmiljø for alle elevene.

Relasjon

Den gode relasjonen til eleven er hjørnesteinen i samarbeidet. Eleven må ha tiltro til at du liker han/henne. Selv voksne vil ha vansker med å motta korreksjoner fra personer vi vet ikke liker oss. Det er ikke alltid like lett å like avsenderen av uønsket atferd. Dermed har vi som voksne en viktig jobb å gjøre med å finne de positive sidene og etablere arenaer hvor vi opplever dette. Det er mye kunnskap i dag som viser at relasjonspedagogikk er avgjørende for god klasseledelse. Dette gjelder arbeidet med alle elever, men det er uten tvil særdeles viktig i arbeidet med elever med atferdsutfordringer.

DUÅ bruker begrepet «Relasjonsbanken». I perioder uten utfordrende atferd bygger vi relasjon. Vi setter innskudd i «relasjonsbanken» slik at vi har en stor «relasjonskonto» å ta ut fra i situasjoner som tapper relasjonen (Stratton C., W. 2005).



© C. Webster-Stratton

Husk å fylle opp din bankkonto



**UNIVERSITETET
I TROMSØ UFF**
DET HELSEVITENSKAPELIGE FAKULTET
Regionalt kunnskapssenter for barn og unge - Nord
psyisk helse og barnevern (BRUG - Nord)



Situasjoner som tapper relasjonskontoen kan være når vi gjennomfører negative konsekvenser. Hvordan vi setter grenser og gjennomfører konsekvenser på en minst mulig inngripende måte, har stor betydning for relasjonen til eleven og effekten av grensesetting og konsekvensbruk.

Tiltakene som er foreslått i heftet er avhengig av en god relasjon til eleven. Disse elevene trenger mye støtte og

oppmuntring, noe som kan stå i kontrast til hva de vanligvis opplever i skolen.

Vårt syn på eleven gjenspeiles i vårt arbeid. Velger vi en årsaksforklaringen hvor vi legger elevens iboende egenskaper som årsak til den utfordrende atferden, legger vi ansvar for daglig feiling og nederlag til eleven selv. Noen ganger legger vi ansvaret hos foresatte. Om vi ser på eleven som en del av et sosialt system, snur vi fokus til å se på hvordan vi kan tilrettelegge det sosiale systemet for at eleven kan fungere best i klassen.

Vi må jobbe med enkelteleven, men vi må jobbe med han/henne som en del av et sosialt system. Det er derfor nødvendig at vi parallelt iverksetter både individuelle tiltak og tiltak rettet mot klassen.

Vi skal ha en nulltoleranse for utøving av vold, mobbing og utagerende atferd i skolen. Det er et ufravikelig mål. Utfordringen for voksne i skolen er å møte atferden på en hensiktsmessig måte. De voksne skal i situasjonen balansere en nulltoleranse for atferden samtidig som de gir emosjonell støtte til alle involverte elever. Med en robust og positiv relasjon i bunn, vil håndteringen i situasjonen og gjennomføringen av konsekvenser oppleves mindre inngripende for eleven enn om de ble gjennomført uten en relasjon i bunn (Stratton, C., W., 2011).

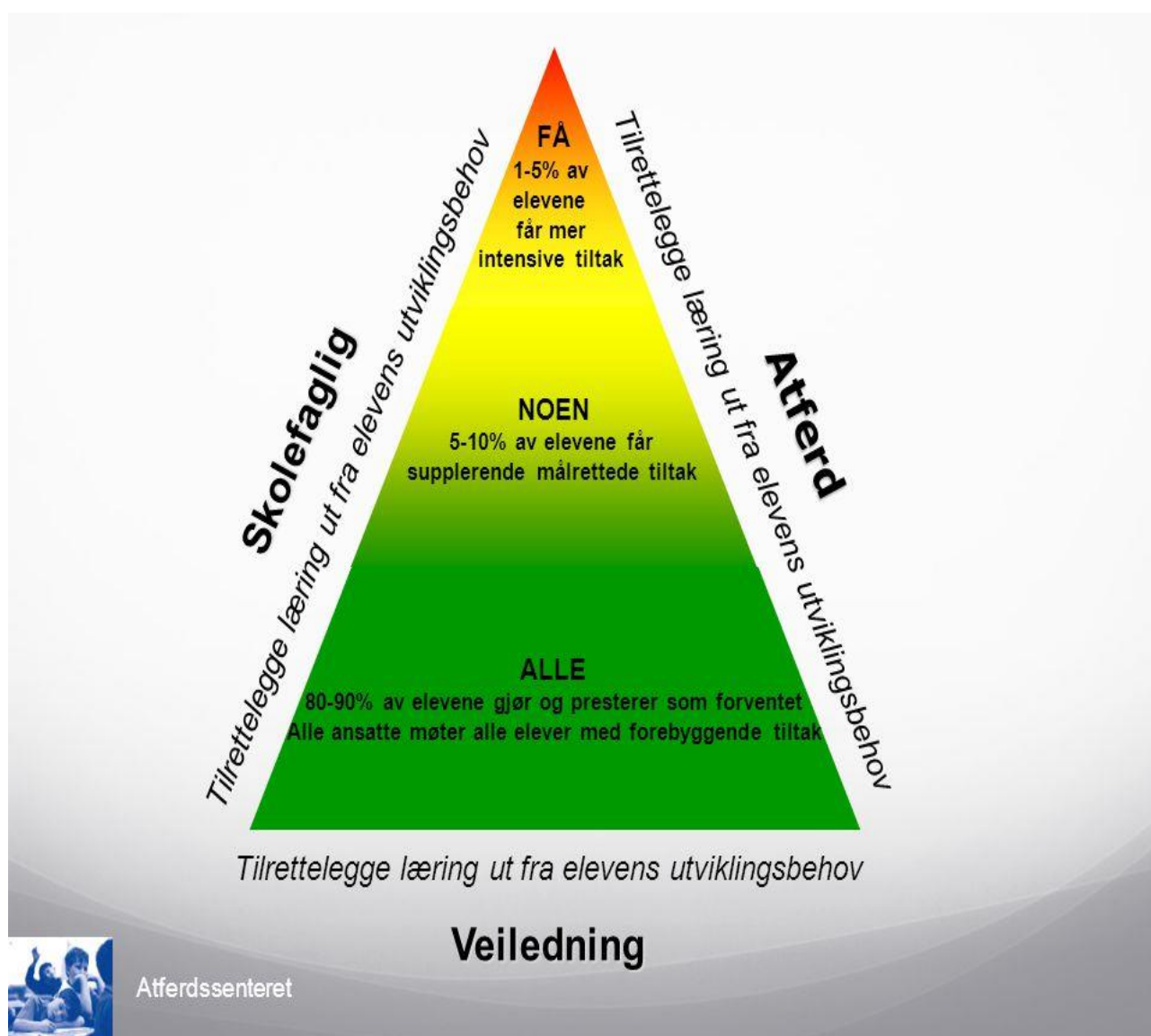
Når vi samarbeider med elever for å endre atferd, representerer periodene med fredstid en god mulighet til å legge grunnlaget for endring. Det kan være fristende å ikke ha fokus på disse elevene når de endelig fungerer bra, men det er dårlig investering å la den muligheten gå bort. Det er nå vi skal jobbe godt og grundig. Vi skal gi dem positiv oppmerksomhet når de

gjør det som er ønsket, vi skal beskrive den ønskede atferden og vi skal feire på den måten som nettopp denne eleven setter pris på. I tillegg skal vi benytte anledningen til å sende gladmelding hjem.

I temaheftet «**Ta grep om relasjonsbygging til elever**» finnes mer utfyllende lesing om å bygge relasjoner til elever. Her står det også om den relasjonsfremmende elevsamtalen. Et grunnprinsipp må være å møte eleven på en ikke-dømmende måte. Vi kan vise støtte til elevens opplevelse og følelser samtidig som vi tydelig kan vise at vi ikke aksepterer elevens atferd. Det motsatte kan være vår naturlige reaksjon, men å dømme noen fremmer hverken en åpen dialog eller en god relasjon.

På toppen av pyramiden

Pyramiden viser en prosentvis fordeling av barn knyttet til grader av utfordrende atferd og brukes som illustrasjon i PALS, Atferdssenteret i Oslo.



Tiltakene for elevene på toppen av pyramiden er individuelle. Det er skreddersydde opplegg utarbeidet i nært samarbeid mellom foresatte og skolen.

For at de skreddersydde tiltakene skal ha ønsket effekt er skolen avhengig av et trygt og raust læringsmiljø i klassen. Det igjen forutsetter at det i forkant er jobbet systematisk med proaktive tiltak. De øvrige heftene i «Ta grep» gir støtte til arbeidet med proaktive tiltak i skolen.

Klasseledelse

I «Teoretisk bakgrunnsdokument for arbeid med klasseledelse på ungdomstrinnet» (Udir, 2012) beskrives klasseledelse blant annet som organisering av elever og grupper for å sikre at elevene har fokus mot faglig og sosial læring.

Lærerens valg og tilrettelegging i klassen er avgjørende. God klasseledelse handler blant annet om

- å etablere en god relasjon til hver elev
- å forstå klassen som et sosialt system
- å kunne analysere det som skjer i klassen/gruppa for å iverksette proaktive tiltak
- å opprettholde arbeidsro
- å etablere regler og rutiner

På bakgrunn av en slik forståelse av begrepet klasseledelse, kan alle tiltakene som er beskrevet i dette heftet være tiltak for god klasseledelse.

Tiltaksplan: skjema

Forslag til en tiltaksplan for å redusere utfordrende/uønsket atferd. Det er ikke alle tiltak som passer for alle elever, lærere eller skole. Velg det som er gjennomførbart.

Dato	Tiltak	Ansvar	Evalueres
	Refleksjonsmøte med alle som jobber med eleven er gjennomført	Ledelsen	
	Utviklingsplan er utfylt	Kontaktlærer	
	Treningsopplegg er igangsatt	Kontaktlærer /PPT	
	Klasseledelsestiltak er igangsatt	Kontaktlærer /PPT	
	Avbrekk (pauser) er igangsatt	Kontaktlærer /PPT	
	Forsterket foreldresamarbeid er etablert	Kontaktlærer/ledelse	
	Faglig tilpassing er igangsatt	Kontaktlærer/ledelsen	
	Konsekvenshierarki er utarbeidet	Kontaktlærer/ledelsen	
	Plan for samarbeid skole PPT og eventuelt andre instanser (BUP, BV) er etablert	PPT /Skolen	
	Annet?		

Tiltaksplan: beskrivelse av tiltakene

Det er krevende å jobbe med elever som viser en utfordrende atferd. Og det er krevende å jobbe frem en endring. Ved å samarbeide med ledelse og andre voksne som er inne i klassen, og ved å skrive ned de tiltakene som skal prøves ut, øker vi sjansen for å sikre en faglig kvalitet på arbeidet. Vi øker ikke minst sjansen for at både eleven og lærerne lykkes.

Refleksjonsmøte

For å få frem alle muligheter for tiltak er det viktig at alle voksne som jobber med eleven deltar i drøftingene. Skolens ledelse bør ha ansvar for å rydde tid til et slikt møte og for å lede møtet.

Refleksjonsspørsmål kan være:

- Hva er elevens sterke sider?
- Hva hemmer/fremmer elevens atferd?
- Er det noen/noe som trigger uønsket atferd?
- Hvordan er din beskrivelse av eleven?

Utviklingsplan

Utviklingsplan er et verktøy brukt i blant annet PALS og DUÅ. Det viktigste med en slik plan er at vi beskriver og velger ut den atferden vi ønsker å endre. Vi beskriver den atferden vi ønsker og vi beskriver de tiltakene de voksne skal iverksette for å støtte eleven til en måloppnåelse.

«Treningsopplegg»

Vi jobber med grunnleggende kompetanse i fag. Vi forklarer, viser eksempler, modellerer og lar elevene vise sine eksempler. Vi øver hele tiden.

Slik må vi også jobbe med sosial kompetanse. Vi må bruke tid på å formulere delmålene som positive imperativ. Vi må beskrive det vi vil elevene **skal** gjøre. Vi må starte med de ferdighetene vi vet elevene har forutsetninger for å mestre. Gjennom mestring økes både motivasjon og selvfølelse.

Tilpassing i klasserommet

Her kan skolen selv observere tiltak for godt læringsmiljø i klasserommene. De kan søke støtte hos PP-rådgiverne eller hos PPTs veiledningsteam. Små endringer som plassering i rommet kan ha stor betydning for eleven. Dette er tilpassinger som kan tilrettelegge for at den uønskede atferden reduseres.

Avbrekk

Elever med utfordrende atferd kan ofte ha et kort oppmerksomhetsspenn. Ofte tar elevene selv avbrekk ved å be om å få gå på toalettet, spisse blyanten og vandre rundt i klasserommet. Disse elevene har behov for pauser, samtidig som de må trene på å jobbe konsentrert.

Forsterket foreldresamarbeid

Foreldrene er elevens viktigste ressurs. Foreldre vil sitt barns beste, uansett om det er i stand til å nå det målet eller ei. I «Rutiner og tips» s. 21, skriver vi mer om hva dette samarbeidet kan inneholde.

Faglige tilpassinger

Skolen er forpliktet til å gi alle elevene en opplæring tilpasset elevenes evner og forutsetninger (Opplæringsloven, § 1-3). For elever med uro, konsentrasjonsvansker og utfordrende atferd er dette svært viktig. Vetrhus og Bjelland (2006) beskriver denne elevgruppen som annerledes og ujevnt motiverte.

Det kan være avgjørende for elevens motivasjon, klassens læringsmiljø og lærerens trivsel i klassen å finne oppgaver og metoder som motiverer eleven til arbeid. Her må de voksne gjøre et detektivarbeid. Foreldre kjenner ofte bedre til hva som motiverer eleven, så her er det viktig å sjekke ut både de foresattes og elevens tanker.

Konsekvenser

En gjennomtenkt og faglig utføring av konsekvenser er viktig. Skolen må ha en plan for hvilke konsekvenser som skal iverksettes. Alle voksne på skolen må ha en felles forståelse for hvordan vi gjennomfører konsekvenser som i minst mulig grad taper relasjonen til eleven. Samtidig må vi vite hvilke negative konsekvenser som skal iverksettes når det er behov for dem.

Mer om utviklingsplan

Utviklingsplan slik vi presenterer den her, er inspirert fra DUÅ. Tilbakemeldinger fra skoler og barnehager som har brukt utviklingsplaner er at det svært ofte gir effekt i form av å redusere uønsket atferd. Utviklingsplaner er skolens arbeidsredskap. Samtidig må en utviklingsplan presenteres for foresatte. Hjemmets støtte er avgjørende for at skolen skal lykkes. Vi må samarbeide slik at foreldrene og skolen ser de samme utfordringene og er enige i de proaktive tiltakene som skal iverksettes.

Gjennom å fylle ut en utviklingsplan kommer elevens utfordringer tydelig frem, og vi blir nødt til å reflektere over hvilke proaktive tiltak vi kan iverksett for at atferden reduseres.

Det som trekkes frem som suksessfaktorer er:

- å beskrive atferden uten å tolke
- å velge ut en eller to områder å jobbe med. Dette øker sannsynligheten for at både de voksne og eleven kan lykkes
- å beskrive ønsket atferd
- å beskrive proaktive tiltak
- at hele personalet jobber med de samme tiltakene

Utviklingsplan for: _____ Dato: _____ Evalueres etter __ uke

Negativ atferd	Hvor?	Når?	Hvorfor? Hypotese	Ønsket atferd	Proaktive tiltak
Tone bråker mye når hun kommer inn etter friminuttet. Hun henger i alle knaggene og klær faller ned på gulvet. Hun ler av dette. Hun opptrer også støyende med høy stemme og rop til barn og voksne. De andre elevene lager mye bråk av at hun er borti klærne deres.	I gangen	Etter hvert friminutt og om morgenen	Jeg tror hun liker å provosere de andre. Jo mer de reagerer, jo mer henger hun i de andres knagger, og river ned de andres klær.	At hun henger fra seg klærne sine og lar de andres være i fred.	Alle lager nye navnelapper over plassene sine. Det trenes på å holde plassene ryddige. Vi tar bilder av en ryddig gang som vi henger opp. Jeg lager en avtale med Tone om at hver gang hun klarer å henge fra seg og la de andres tøy være i fred, får hun en stjerne. Når hun har fått 10 stjerner får hun jobbe 15 minutter på pc i matte. 12

Mer om trening på sosiale ferdigheter

Med treningsopplegg mener vi en avgrenset periode hvor eleven trener på spesifikke sosiale ferdigheter, støttet av en lærer og i nært samarbeid med hjemmet og skolens ledelse.

Det er avgjørende at vi sikrer eleven suksess. Det gjør vi ved å definere oppnåelige mål og sikre at vi hver dag klarer å følge opp med å registrere, ha tid til en kort gjennomgang med eleven og gjennomføre belønning. Samtale om hva eleven har gjort for å lykkes, og/eller tips om hva eleven må gjøre for å lykkes, MÅ være til stede.

Jo flere som kjenner elevens treningsområder og kan gi relevant, spesifikk ros, eller beskrivende kommentarer, jo større sannsynlighet er det for at elevens ønskede atferd vil øke.

Vi mener disse elementene må være med for å sikre at eleven lykkes:

1. **Utviklingsplan** er utarbeidet i samarbeid med skole og hjem.
2. Velg **delferdigheter** det skal trenes på. Det kan være samarbeidsferdigheter som å dele eller vente på tur. Det kan være venneferdigheter som å lytte eller invitere andre til lek/samarbeid. Her er det avgjørende å definere et oppnåelig mål for eleven. Vi skal sikre eleven suksess. Velg heller et enkelt mål som kan endres til et mer krevende, enn et vanskelig mål eleven ikke klarer å nå.
3. **Samarbeidsmøte** med foresatte hvor planen fremlegges. Avtal varighet for dette treningsopplegget.
4. **Samtale** med eleven om treningen. Hvordan det skal trenes, hvor lenge det skal trenes, hvordan jeg skal støtte eleven m.m. Her er det viktig at eleven blir tatt på alvor og opplever seg selv som hovedaktør. Eleven må motiveres til endring gjennom å se hensikten med endringen og ved å ønske belønningen. Lag en belønningsmeny i samarbeid med eleven.
5. Utform et fint skjema i samarbeid med eleven. Skrive ut nytt skjema for hver uke slik at ukas skjema kan sendes med hjem hver fredag. Det skal gi grunnlaget for en støttende samtale hjemme om mestring. Læreren beholder kopi for videre arbeid.
6. **Feiring!** Når eleven har nådd ukas mål, så skal det markeres. Eleven velger fra belønningsmenyen.

Eksempel på et individuelt treningskjema

TONES TRENINGSSKJEMA

	MÅL	mand	tirsd	onsd	torsd	fred
	Jeg skal komme til skolen til rett tid					
	Jeg skal henge klærne på plassen min					
	Jeg skal ta på meg innesko					
	Jeg skal ta med meg sekken inn til pulten min					
	I dag har jeg klart 3 av 4 mål og får belønning 😊					

I et slikt treningskjema kan man legge inn en bonus dersom eleven klarer alle dagens mål. Tilpassing til elevens vansker og motivasjon er det viktigste.

Mer om belønning

Rammene for belønningen kan være et avgrenset tidsrom. Alt fra 15 til 45 minutter avhengig av elevens alder, modenhet og belønningens hyppighet og innhold. Innholdet i belønningen må være knyttet til elevens interesser. Noen velger en ramme hvor alt spiselig er utelatt.

Belønninger kan brukes som motivasjon både for enkeltelever og grupper. Kollektive belønninger kan med fordel brukes samtidig med at enkelte elever får sine individuelle belønninger.

Når Vettrhus og Bjelland (2006) skriver om motivasjon trekker de frem belønningsopplegg i en avgrenset periode som noe som kan bidra til motivasjon. Hyppige, oppmuntrende «dytt», oppgaver med relevans og hyppig støtte er andre elementer som kan øke elevens motivasjon.

Belønninger kan gis etter ulike registreringer. Det viktigste er at du klarer å følge opp. Vi beskriver her to ulike måter å registrere ønsket atferd på:

1. Bruk et treningskjema. Her er spesifikke mål beskrevet slik at de enkelt kan observeres og registreres. Eleven er i mål når en måloppnåelse på ca. 75 % er nådd (Atferdssenteret i Oslo, 2006). Treningskjemaet vi har laget til Tone er basert på en slik registrering.

2. Ønsket atferd registreres ved at man markerer med en strek eller et kryss hver gang man ser eleven vise beskrevet atferd. Når eleven har fått f. eks. 10 streker/kryss, får eleven en belønning. Det er viktig at den atferden vi ønsker opptrer så hyppig at eleven opprettholder motivasjon for belønningen.

HUSK: Eleven skal sikres suksess og det skal også du! Gjør det som er gjennomførbart!

Vi presenterer noen forslag til kollektive og individuelle belønninger. Dette er kun et lite utvalg. Slike belønningsmenyer blir best når de utarbeides i samarbeid med elevene.

Kollektive belønninger kan være	Individuelle belønninger kan være
Brettspill / kortspill Se noe fra Youtube (de voksne har ansvar for å vite hva de viser) Se på Newton Forlenget utetid Tur / utetime Ekstratid med fag på pc	Ekstra utetid (voksen må være tilgjengelig for å være sammen med eleven) Ekstra tid på pc, søke fagstoff, se Newton m.m. Egen lesetid Fargelegge/tegne Brette papir Være vaktmesterhjelper

Andre tips for å gjennomføre en vellykket individuell belønning kan være å avgrense valgmulighetene til to ved å lage et valgkort. Dette kan endres ved behov og ønske i samarbeid med eleven. Bruk av tidsur kan redusere utfordringene med å stoppe belønningen. Si fra at klokka ringer tre minutter før dere må avslutte.

Når jeg har nådd dagens mål kan jeg velge en av disse belønningene:

Lese i bok 15 minutter
Være ute sammen med en voksen i 10 minutter
Lage belønningskort på pc (15min)

Mer om tilpassing i klasserommet

Vi har nevnt at klasseledelse handler om å tilrettelegge for sosial og faglig mestring. Elever med en utfordrende atferd krever at de voksne leter etter ulike tilrettelegginger innenfor både mengde, nivå og metode.

For å finne ut av hva som hemmer eller fremmer en atferd, kan vi lete etter et mønster i elevens atferd:

- Hva trigger atferden?
- Er det knyttet til samspill med enkelte elever?
- Er det knyttet til spesielle fag?

- Hvor er beste plassering? Hvor mange passerer eleven på vei til og fra plassen sin? Hvem klarer han å passere uten å være nær?
- Hvor langt unna er hylla med bøkene? Kan vi sette inn en ekstra hylle?
- Henger det for mye på veggene som stjeler oppmerksomheten?
- Hvordan gir de voksne beskjeder? Tydelig, med få ord? osv.

Når vi lykkes med å legge til rette slik at den utfordrende atferden reduseres, vil de voksnes stress reduseres parallelt. Et stort repertoar av ulike tilrettelegginger øker vår mulighet for å variere undervisningen, noe som i seg selv kan være et tiltak.

Mer om faglige tilpassinger

Tips til faglige tilpassinger hindres først og fremst av vår egen fantasi. Skolene i Ytre Nordmøre ga i «Mini»-skolevurderingen fra prosjektet «Rett diagnose, men feil 'medisin'?» tilbakemelding om at de differensierte undervisningen både i forhold til nivå, mengde og metode. De var klare på at metode var det området de differensierte minst.

Variasjon i metode kan være den motivasjonsfaktoren som får eleven til å jobbe.

Vi nevner her noe få tilpassinger. Samtidig oppfordrer vi skolene til å utvikle egne hefter med tips om tilpassinger. Vi kan fort glemme gode tilpassinger som er nevnt på et personalmøte, men om de er samlet i skolens eget dokument kan vi raskt finne tilbake til gode forslag. Tilpassingene vi nevner her kan fungere godt for alle elevene uansett utfordring eller ei.

For elever som jobber raskt:

- Om de er glade i å skrive; gi de en notisbok eller lignende som kan være en forfatterbok / tegneseriebok. La den ligge lett tilgjengelig slik at den kan brukes når arbeidsoppgavene er unnagjort.
- Stillelesingsbok kan brukes på samme måte.
- «Kosebok» eller arbeidsbok med blanke sider kan gis til alle elevene i klassen til bruk ved slike anledninger.
- Lærer gir beskjed om de arbeidsøktene hvor koseboka, stillelesingsboka, skriveboka eller tegneboka kan brukes. Boka kan da hentes før aktiviteten slik at de ikke forstyrrer hverandre når de er ferdig med den obligatoriske aktiviteten.
- Finn relevante artikler på nettet om tema i f. eks. KRLE, samfunnsfag og naturfag.
- Be elevene om å lage quiz i ulike fag.
- Bruk andre læreverker på høyere trinn i matematikk. Bruk fagsider på nettet og utfordrende oppgaver fra f. eks. M+ eller kenguruoppgaver fra matematikksenteret.no.

For elever som trenger litt tid:

- Om eleven jobber på samme nivå som resten av klassen, kan mengden repetisjonsoppgaver reduseres. På den måten kan vi sikre at eleven følger oppgavearkets/bokas progresjon.
- Når prøver skal gjennomføres: kryss av de oppgavene eleven MÅ gjøre først og gi poeng ut fra disse oppgavene (f. eks.: $x/10$). Om eleven svarer på andre oppgaver, gir det bonuspoeng (f. eks.: $x/10 + 3$ bonuspoeng). Dette øker mestringsmulighetene.

- Bruk M+ i matematikk for å motivere og tilpasse til elevens nivå.
- Lag et ekstrahefte. Alle elevene skal ha et hefte hver. Forsiden kan være lik, mens de kan variere i innhold med tanke på nivå.
- Skriv på tavla hvor lenge elevene kan jobbe før de kan velge å jobbe med ekstrahefte. Dette vil sikre at de elevene som trenger litt ekstra tid også får mulighet til å jobbe med mer motiverende oppgaver.

For elever som lett mister fokus:

- Skriv øktas mål på tavla og hva de skal jobbe med:

○ *Dere skal:* _____

Her er det viktig å skrive inn alle nivåene om det er læreverk med nivådeling. Om det ikke er nivådelt læreverk, så ta en runde til de elevene som trenger ekstra tilpassing av mengde, og kryss ut oppgaver.

○ *Når dere er ferdige:* _____

Skriv opp motiverende oppgaver på tavla. La det bli en belønning å jobbe godt.

- Skriv forventninger til atferd på tavla.
 - *Dere jobber individuelt*
 - *Dere kan samarbeide med læringspartneren*

Mer om avbrekk

Vi velger begrepet avbrekk fremfor pauser. Det er et vanlig pedagogisk tiltak å bruke aktiviteter for å gi elevene et avbrekk i lange økter. Tanken er at det kan skjerpe utholdenheten og konsentrasjonen. Noen elever trenger oftere avbrekk enn andre. Begrepet «pause» knytter både voksne og barn mer til fritid. Det vil lettere oppstå misunnelser og manglende forståelse ved å benevne elevens avbrekk som pauser.

Du som er kontaktlærer, eller har eleven mye, får raskt en oversikt over elevens oppmerksomhetsspenn. La oss si at det er 15 minutter. Da kan du gi eleven et avbrekk. Be eleven hente f.eks. tape på kontoret. Du trenger ikke nødvendigvis tapen, men eleven trenger å strekke på beina for å klare å konsentrere seg videre.

Finn ut hvordan individuelle avbrekk kan gjennomføres. Om eleven er ute alene, har skolen ansvar for elevens sikkerhet. Er det en assistent tilgjengelig er den utfordringen løst. Dersom det ikke er tilfellet, må kontaktlæreren alliere seg med f. eks. ledelsen og kontoret. Involver foresatte i skolens arbeid med individuelle avbrekk. De vet hva som roer eleven raskt og godt. De kjenner til hvor lang tid eleven trenger for å være klar til ny innsats, og de kan samarbeide med skolen om hvordan tilsynet kan utføres.

Avbrekk kan gjøres f.eks. ved at eleven får et kort hvor det står «Jeg går til utestedet (spesifiser dette) mitt i 5 minutter». Dette kortet leverer han/hun på kontoret og det hentes når avbrekket er over. Da vil voksne vite hvor eleven er og kunne ha tilsyn. Dette vil også involvere flere voksne i «støtteapparatet», som på den måten får en mulighet til å gi eleven spesifikk ros.

Innføring av kort for avtalt avbrekk må øves med eleven. Når kan det tas? Hvor mange i løpet av dagen? Hva er alternativene? Hvordan skal vi gjøre det trygt? Dette kan gjøres med elever på alle trinn.

Det kan være lurt at lærer styrer bruken den første tiden (særlig med de yngste). Målet må være at eleven selv kjenner behovet for et avbrekk og velger dette fremfor å være i en utfordrende situasjon hvor atferden endres fra akseptabel til utfordrende. På sikt mener vi at et slikt tiltak vil styrke elevens evne til selvreguleringen.

Mer om forsterket foreldresamarbeid

Skolen er avhengig av foreldresamarbeid for å nå optimale mål. Det er avgjørende at foreldrene opplever at de og skolen ser den samme eleven. Utfordringer som bare eksisterer på skolen kan være vanskelig å forstå for foreldre, og forsvarsposisjon for eget barn inntas lett. Det er viktig å etablere en god relasjon til foreldre, kanskje viktigere enn å ha rett. Dette området må vi bruke tid på.

Lag en skriftlig avtale med foreldrene om hvor hyppig tilbakemeldingen skal være, hvordan den skal gis, hva det skal meldes om og hva dere forventer av tilbakemelding fra foreldrene. Avtalen skal også inneholde hvor lenge denne perioden skal vare før den blir evaluert. Perioden forlenges ved behov.

Lag en logg for kommunikasjonen skole-hjem. Loggen er en forenklet oversikt som viser når kontakt er tatt, på hvilken måte (telefon, e-post, sms, møte osv.), med hvem og stikkord for eventuelle avtaler.

En logg gir en god oversikt over et forsterket foreldresamarbeid. En logg er ikke erstatning for notater og referater, men et supplement.

Eksempel på loggskjema følger bak i heftet.

Mer om konsekvenser

Elever med en utagerende atferd, som fysisk eller verbalt er truende og/eller voldelig, må møtes med en strengere strategi enn den vi benytter for å være i forkant og redusere nettopp denne atferden (Webster Stratton, 2005).

I situasjoner hvor vi skal korrigere denne typen atferd er vi også rollemodeller. Dersom vi møter elevene med kjefting, roping og kritikk, modellerer vi en oppførsel som vi kan vente å få tilbake fra eleven. Om vi derimot behandler elevene på en respektfull, positiv og empatisk måte, øker det sannsynligheten for at de selv inntar en mer positiv rolle (Vettrhus og Bjelland, 2006). Negative handlinger møtes best på en konsekvent, faglig gjennomtenkt og varm måte.

En konsekvens er effektiv når den kommer tett i tid til handlingen som utløser den. I skolen bør konsekvensene være logiske. Med det mener vi at den konsekvensen som blir

gjennomført må være knyttet til handlingen som utløste konsekvensen. Når vi gjennomfører en konsekvens følger vi fire trinn:

- Gi en god beskjed. Vent i 10 sekunder.
- Gjenta beskjeden og varsle konsekvens. Vent i 10 sekunder.
- Gjennomfør konsekvens.
- Nytt læringsforsøk.

Eleven blir her gjort ansvarlig for eget valg. Dette gjennomføres med tydelighet og varme og har liten inngripen i relasjonskontoen. Eksempel på hva logiske konsekvenser kan være:

Handling	Logisk konsekvens	Nytt læringsforsøk
Lise prater med den som sitter foran når det er varslet stille individuelt arbeid.	Lise blir flyttet slik at hun sitter for seg selv og gir arbeidsro til andre og seg selv.	Tilbake til egen plass neste time. Påminnelse om forventninger og ros for ønsket atferd.
Dere stiller opp i rekke. Kari bråker og knuffer til de som er rundt henne.	Kari flyttes og må gå sammen med en voksen.	Egen plass neste gang, med påminnelse om forventning. Kanskje kan en voksen gå i nærheten. Ros ønsket atferd.

Konsekvens for atferd som er voldelige kan ikke varsles på denne måten. Den må gjennomføres umiddelbart. Konsekvenser som gjennomføres på denne måten er negative, men logiske, og det er sannsynlig at de tapper relasjonskontoen i større grad. Det er derfor viktig at relasjonskontoen er stor og at den fylles raskt opp i etterkant.

Negativ oppførsel som opprør mot de voksne eller å nekte å følge regler kan også utløse en negativ logisk konsekvens, men den kan varsles. Når de voksne klarer å være konsekvente i sin gjennomføring, øker det sannsynligheten for at denne typen atferd reduseres.

Handling	Negativ, logisk konsekvens
Petra har kastet alle bøkene fra hylla på gulvet. Hun får beskjed om å legge de på plass. Hun varsles konsekvens om å rydde før hun kan ta friminutt.	Hun må bruke friminuttet til å rydde bøkene tilbake til hylla.
Kari går rundt og vifter med en pinne opp i ansiktet til de andre elevene.	Pinnen fjernes umiddelbart. Kari får beskjed om å sette seg på plassen sin.
Lise kaster modellene av bruer, som klassen har laget, i gulvet.	Lise tas ut av klasserommet sammen med en voksen. Hun får tid til å roe seg ned. Beskjed om hva som er forventet (sitte på plassen, jobbe og rydde i friminuttet). Når hun er rolig, går hun tilbake til klassen.

Det er krevende å stå i situasjoner hvor man må gjennomføre negative konsekvenser. Det tapper ikke bare relasjonskontoen, men også energien til både den voksne og eleven.

Når vi skal iverksette konsekvenser, er det viktig at vi har tenkt gjennom om de er gjennomførbare. Dersom vi varsler konsekvenser vi ikke klarer å gjennomføre, er de å oppfatte som tomme trusler. De har ingen positiv effekt. Det er mest sannsynlig at de fører til en situasjon hvor den voksne taper troverdighet og ledelsesposisjon overfor eleven det gjelder og klassen. «Rutiner og tips» er et eksempel på et skreddersydd opplegg. Tips om sikkerhet og tilsyn med eleven må også tas med i arbeidet med skolens negative konsekvenser.

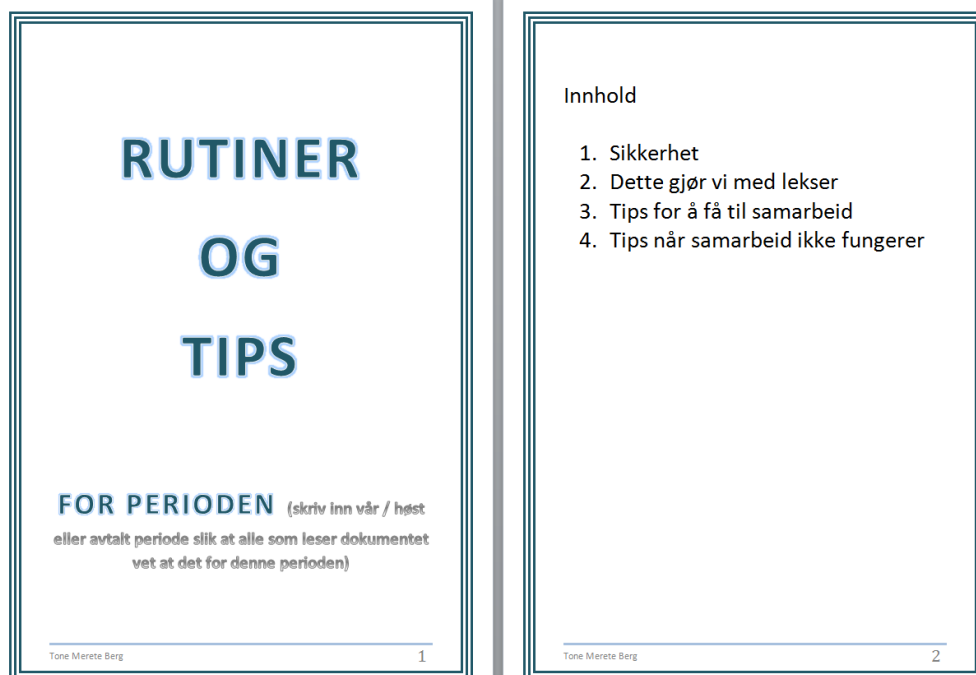
Det er også viktig at personalet har tenkt gjennom hvilken atferd som utløser en negativ konsekvens. Voldelig og destruktiv atferd kan vi ikke se på uten å gripe inn (Webster Stratton, 2005).

Temaet «Hvordan gjennomføre konsekvenser» er viktig. Skolen må ha en gjennomtenkt plan. PPT for Ytre Nordmøre støtter gjerne skolene i arbeidet, og PPTs veiledningsteam har god kompetanse på området. Det skolene uansett bør gjøre er å drøfte hvilke konsekvenser som er gjennomførbare her hos oss. Beskriv dem, sett dem inn i et hierarki og øv med elevene.

Bak i heftet er det lagt ved en pyramide hvor skolen kan plassere sine konsekvenser inn i et hierarki.



«Rutiner og tips»



I arbeidet med å redusere utfordrende atferd er som nevnt samarbeid en viktig suksessfaktor. Vi har god erfaring med å lage et enkelt lite «hefte» for å kvalitetssikre dette arbeidet.

Heftet er ikke en erstatning for en tiltaksplan, men et bidrag for de elevene som har en vedvarende utfordrende atferd. Intensjonen med «Rutiner og tips» er å skriftliggjøre det vi er enige om slik at alle voksne som jobber med eleven skal kjenne til det. Lik håndtering øker sannsynligheten for at vi lykkes.

Heftet skal utarbeides i samarbeid med foresatte. Foresatte får et eksemplar som de har hjemme. I et slikt hefte noteres ingen navn eller initialer. Det er ikke mange elever som har en atferd som er så utfordrende at «Rutiner og tips» er nødvendig. Vi vil derfor vite hvem dette handler om. Vi beskriver her forslag til innhold i et slikt hefte:

1. Sikkerhet for eleven

Formuler et mål. Hva er målet? F.eks. «*Roe ned situasjonen, unngå utagering:*»

Beskriv hva de voksne skal gjøre, eventuelt ikke skal gjøre, i utfordrende situasjoner. Utfordrende situasjoner kan være at eleven går bort fra skolen. Det kan være en uhåndterbar situasjon (eleven kan bli sint, komme i konflikt med medelever eller komme i konflikt med voksne). Det kan være at eleven trenger å roe seg ned alene.

- Hva er avtalt med hjemmet og eleven?
- Hvor kan han gå?
- Når varsler dere foreldrene om at eleven er borte fra skolen?
- Hvem ringer?

2. Dette gjør vi med lekser

Lekser kan fort være en kilde til konflikt både hjemme og mellom skole og hjem.

Formuler et mål. Målet kan være: «*Sikre eleven oppgaver som gir mestringsopplevelse.*»

Beskriv rutinene som er avtalt med hjemmet. Rutiner kan være:

- Beskjed om oppgaver som skal gjøres sendes på sms eller mail.
- Hjemmet gir beskjed på samme måte dersom lekser ikke er gjort.
- Dersom eleven har gjort lekser og glemt dem hjemme skal vi ikke diskutere, men gi positiv oppmerksomhet fordi lekser er gjort før vi sjekker med hjemmet at det stemmer.

3. Tips for å få til samarbeid

Formuler et mål. Målet kan være: «*Gi eleven sosial og faglig mestring. Redusere motstand og trass.*»

Beskriv det hjemmet og skolen erfarer at har fungert for å motivere eleven. Vær detaljert. For enkelte sårbare elever kan bruk av enkelte ord være avgjørende for om samarbeidet vil fungere eller ei.

- Hvordan er det lurt å si ting?
- Hvilke faglige tilpassinger fungerer motiverende?
- Er det en elev som trenger opplevelsen av kontroll for å være trygg og motivert? Hvordan legger jeg til rette for det? «Vi skal jobbe med norsk. Her har du to oppgaver du kan velge mellom. Hva velger du?»
- Hvordan får jeg til en avslutning? Kan bruk av en timer/timestokk være et aktuelt hjelpemiddel?

4. Tips når samarbeid ikke fungerer.

Formuler et mål. Målet kan være: «*Redusere utagering og negativ atferd*»

Beskriv det dere har erfart at fungerer og det dere er enige med hjemmet om å gjøre. Håndtering av utfordrende situasjoner fordrer at eleven sammen med den voksne som har ansvaret, har øvd på hvordan konsekvenser og grensesetting gjennomføres.

- Gi påminnelser om forventninger og det dere er enige om for slike situasjoner.
- Beskriv ønsket atferd fremfor å si hva eleven ikke skal gjøre («hent boka» fremfor «ikke forstyrr de andre»).
- Opptre rolig og nøytral på en ikke-dømmende måte.
- Unngå å sette hardt mot hardt. En maktkamp vinnes bare av en.
- Vær raskt på plass med støtte når situasjonen har roet seg.

Eksempel på hefte med «Rutiner og tips» kan dere få fra PPT for Ytre Nordmøre når samarbeid om elever inngås.

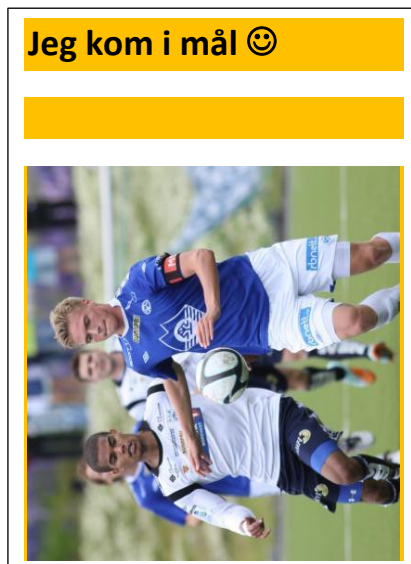
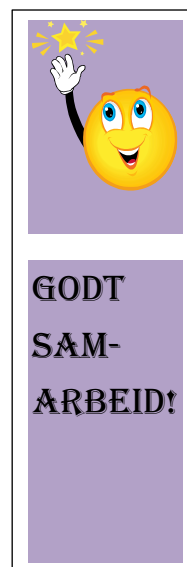
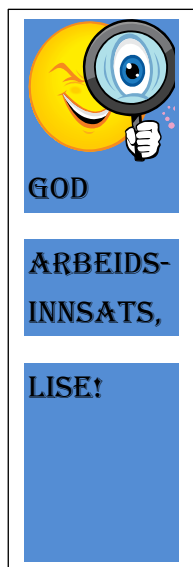
Materiell

Eksempel på belønningskort og kort for individuelt avbrekk

Disse er enkle å lage på pc og er overraskende motiverende for elever fra 1. til 7. trinn. Sjekk ut elevens favorittfarge, hobby m.m.

Kort for avbrekk må ha en bakside hvor aktiviteten er skrevet.

Belønningskortene kan gis hver dag målet er nådd, eller på slutten av en uke hvor eleven etter avtale med hjemmet tar det med hjem og veksler det inn i en belønning hjemme.



Mitt avbrekk

Utviklingsplan

Utviklingsplan for:		Dato:		Evalueres:	
Negativ atferd	Hvor?	Når?	Hvorfor? Hypotese	Ønsket atferd	Proaktive tiltak

Logg for samarbeid skole-hjem

[illegible]

Evaluering av mål

Dette er et eksempel på hvordan vi kan jobbe med å evaluere utviklingen.

Vår jobb er å sikre eleven suksess. Like viktig er det at vi voksne i skolen opplever suksess. Det motsatte er demotiverende. Om vi lykkes henger i stor grad sammen med hvilke mål vi har valgt å jobbe med og en presis målformulering.

Vi formulerer både elevens mål og mål for de voksne. Dette gir oss en påminnelse om hva vi skal jobbe med og enkel oversikt over måloppnåelse. x = antall timer som målet er nådd, y = antall timer den skoledagen.

Elevers mål uke _____:	man	tir	ons	tor	fre
Komme inn til rett tid til skolestart og etter friminutt (5min)	x/y				
Følge lærerens beskjed om å jobbe					
Voksnes mål uke _____:					
Vær i nærheten når det ringer inn og gi et ekstra varsel					
Gi eleven tid til å følge en beskjed (10sekunder)					
Gi eleven tid til å ta frem bøker m.m. selv (ca. 3 minutter)					
Bruk gode og effektive beskjeder					
Kommentarer:					

Ønskeliste til alle lærere

I boka «Helt hyper? AD/HD ADD ABC» har Mariann Youmans samlet erfaringer fra ungdom med diagnosen AD/HD. Boka tegner et ærlig, humoristisk og til dels sårbart bilde av hvordan de opplever sin hverdag. «Ønskelista» kan være elevstemmen i skolehverdagen. Ikke bare for elever med en diagnose, men for alle elever med en utfordrende atferd.

ØNSKELISTE TIL ALLE LÆRERE

AKSEPTER AD/HD

AD/HD finnes! Atferden er symptomer, ikke spørsmål om fritt valg av oppførsel. Gi oss aldri opp. Prøv igjen! Vi har ikke bedt om dette. Vi er mennesker med masse følelser.

LIK OSS! SKILL ATFERD OG PERSON

Det er heller ikke foreldrene våre som har skylden. De har heller ikke valgt dette. Unngå merkelapper – også i eget hode. Det er livsviktig at du liker oss. Vi må være på samme lag og ha felles mål. Gjør sånn at hver og en av oss føler seg velkommen i klasserommet.

BESKYTT SELVFØLELSEN

Understrek ALLE suksesser, store og små. Gi hyppige og raske tilbakemeldinger! Vær tydelig med hensyn til hva forventningene dine er – på en snill måte. Vi føler oss små nok fra før.

TENK UTENOM BOKSEN

Tenk omvendt: I stedet for at vi skal lære slik du lærer, ta utgangspunkt i oss: Hvordan lærer vi best? Lag en plan! Det finnes mange hjelpemidler. Ha rektor med på laget. Og tillatelse til å velge andre løsninger og opplegg enn det som står i læreplanen. Målet er at vi skal lære.

LA OSS VÆRE SAMMEN MED DE ANDRE

Ikke ta oss ut av klasserommet. Det føles som straff.

HA EMPATI!

Prøv å forstå oss, og hjelp oss til å forstå oss selv. Bruk deg selv som referanseramme: Hvordan hadde jeg følt dette? Hvordan hadde jeg villet bli behandlet? Tør å gå inn under huden på deg selv og oss.

TA ANSVARET.

Ikke regn med at vi klarer å forandre oss. Derfor: Led oss igjennom! Ligg et hestehode foran. Unngå utydelige situasjoner, ha struktur. At det fungerer på skolen er grunnleggende. Du kan være starten på en stor forandring. Derfor: fokuser på læring, ikke oppførsel.

GI ROM

Gi plass til å vokse. Skap et klassemiljø der det er lov og bra å være forskjellige.

KONSENTRER DEG OM DET DU FÅR GJORT NOE MED

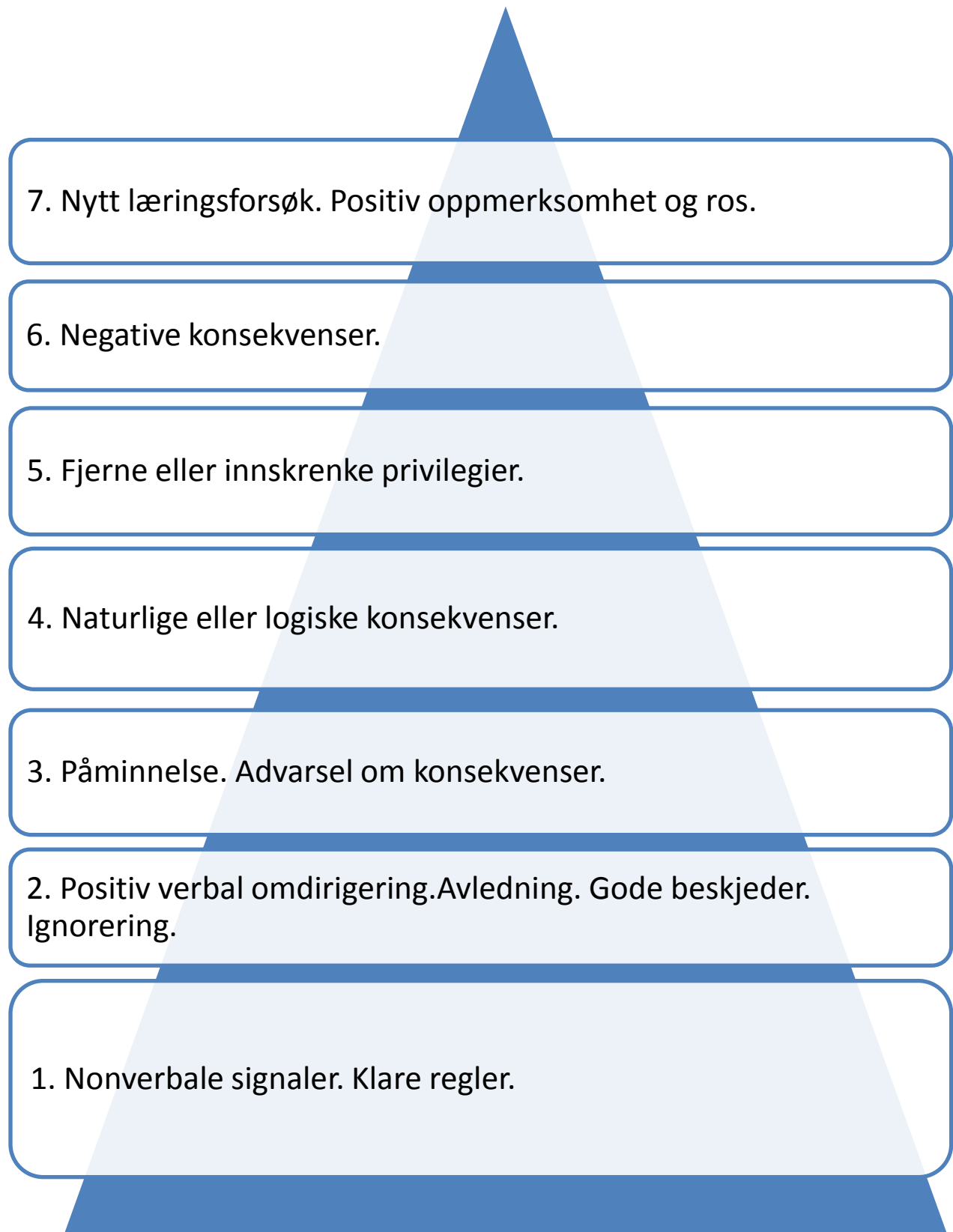
Ikke bruk krefter på hvordan ting BURDE ha vært. Du er profesjonell. Lag et opplegg. PÅ skolen. Alt kan ikke løses hjemme. Bruk lister, test ut og finn ut hva som fungerer i praksis. Få inn hjelp fra folk som kan mye om AD/HD.

HA DET GØY MED OSS

Vi er i alle fall ikke kjedelige!

Konsekvenshierarki

Konsekvenshierarki (Webster Stratton, 2005).



Kilder benyttet i alle heftene:

Atferdssenteret i Oslo – Norsk senter for studier av problematferd og innovativ praksis (2006): *Tidlig innsats for barn i risiko. Et kommunalt program for forebygging og behandling av atferdsvansker hos barn. foreldrerådgiving*, Oslo, Atferdssenteret Unirand AS.

Atferdssenteret i Oslo: Positiv atferdsstøtte i skolen 2007-2012 – en longitudinell evaluerings- og utviklingsstudie. Hentet 14.04.15 fra: <http://www.atferdssenteret.no/ulike-studier/positiv-atferdsstøtte-i-skolen-2007-2012-en-longitudinell-evaluerings-og-utviklingsstudie-article33-967.html>

Atferdssenteret i Oslo, Illustrasjon, hentet 12.06.15 fra:
<http://www.bing.com/images/search?q=pals+i+skolen&view=detailv2&&id=061A12A108899C9E3CD257D7D59487E2897600FE&selectedIndex=44&ccid=qk23Qce6&simid=608036248655169667&thid=JN.%2bttm7MSQG FHqB0PVWyRk4Q&ajaxhist=0>

Bergkastet, I., Dahl, L., Hansen, K. A., (2009): *Elevens læringsmiljø – lærerens mulighet. En praktisk håndbok i relasjonsorientert klasseledelse*. Oslo Universitetsforlaget.

Greene, R. (2011): *Utenfor. Elever med atferdsutfordringer*. Oslo, Cappelen Dam Akademiske.

Hasselberg, K. T., Eide, K., (2015): *Kjetil og Kjartans tips mot mobbing*. Hentet 26.03.2015 fra: <http://www.trivselsleder.no/no/MEDLEMSSKOLER/mobbing/>

Hasselberg, K. T., Eide, K., (2015): Snakk-med-meg metoden. Hentet 26.03.2015 fra: <http://www.trivselsleder.no/no/MEDLEMSSKOLER/smm/>

Hasselberg, K. T., Eide, K., (2015): *Trivselslederprogrammet*. Hentet 26.03.2015 fra: <http://www.trivselsleder.no/no/OM-PROGRAMMET/trivselspatruljen/>

Læringsmiljøsenderet, Universitetet i Stavanger: *LP-modellen*. Hentet 14.04.15 fra: <http://laringsmiljosenteret.uis.no/prosjekter-og-programmer/lp-modellen>

Meld. St. 18 (2010-2011): *Læring og fellesskap. Tidlig innsats og gode læringsmiljøer for barn, unge og voksne med særlige behov*. [Oslo] Det kongelige kunnskapsdepartementet. Hentet 26.03.2015 fra: <https://www.regjeringen.no/nb/dokumenter/meld-st-18-20102011/id639487/?docId=STM201020110018000DDDEPIS&ch=1&q=>

Mæland I., Hauger B., (2008): *Anerkjennende elevsamtaler. Metoder for reell elevmedvirkning i arbeidet med karriereplanlegging og forebygging av frafall i skolen*. Buskerud fylkeskommune, Sareptas forlag.

Nordahl, T., (2010): *Eleven som aktør. Fokus på elevens læring og handlinger i skolen*. Oslo, Universitetsforlaget.

Nordahl, T., Gravrok, Ø., Knudsmoen, H., Larsen T. M.B., Rørnes, K., (red) (2006): *Forebyggende innsatser i skolen. Prinsipper og strategier for implementering*. Oslo, Sosial- og helsedirektoratet og Utdanningsdirektoratet.

Ogden, T., (1989): *Atferdspedagogikk i teori og praksis. Om arbeid med atferdsproblemer i skolen* Oslo, Universitetsforlaget AS.

Olsen H. Ø., Aasland M. (2013): *Læringspartner. Underveisvurdering i praksis*. Oslo, PEDLEX Norsk skoleinformasjon.

Olweus, D., (1992): *Mobbing i skolen. Hva vet vi og hva vi kan gjøre*. Oslo, Universitetsforlaget.

Roland, E., Vaaland, G. S., ((2001): *Respektprogrammet*. Stavanger, Universitetet i Stavanger, Senter for atferdsforskning.

Ruud L. S., Malin G., Det er mitt valg (2011): *Det er mitt valg. Leker – Oppmuntre – energiskapere. Idehefte for lærer*. Oslo, Lions International Norge.

Skogen, J. C. og Torvik, F. A. (2013) *Atferdsforstyrrelser hos barn og unge i Norge: Beregnet forekomst og hjelpetiltak*. (Norsk folkehelseinstitutt Rapport 2013:4) hentet 11.06.15, fra:
<http://www.fhi.no/dokumenter/de3ab474a7.pdf>

Smith, S., Sprague, J., (2004): *Systematisk tilsyn og veiledning. Å skape et trygt og positivt miljø på skolens uteområder*. [DVD], Oslo Atferdssenteret, Iris media inc.

Spurkeland, J. (2011): *Relasjonspedagogikk. Samhandling og resultater i skolen*. Bergen, Fagbokforlaget.

Stratton, C. W., (2005): *Hvordan fremme sosial og emosjonell kompetanse hos barn*. Oslo, Gyldendal akademiske.

Stratton, C. W., (2011): *De utrolige årenes skole- og barnehageprogram*. Tromsø, Nordby & Konsepta AS

Stette, Ø., (red.) (2012): *Opplæringslova og forskrifter med forarbeid og kommentarer*. Oslo, PEDLEX Norsk Skoleinformasjon 2012.

Utdanningsdirektoratet (2009): *Materiell for helhetlig arbeid med læringsmiljø*. Oslo, Utdanningsdirektoratet.

Utdanningsdirektoratet (2010): *Vurdering på barnetrinnet. Nå gjelder det!* Utdanningsdirektoratet.

Utdanningsdirektoratet (2011): *Arbeid mot mobbing. Veileder for ansatte og ledere i grunnskolen*. Oslo, Utdanningsdirektoratet.

Utdanningsdirektoratet (2011): *Utvikling av sosial kompetanse. Veileder for skolen*. Oslo, Utdanningsdirektoratet.

Utdanningsdirektoratet (2012): *Rammeverk for skolebasert kompetanseutvikling 2012-2017. Teoretisk bakgrunnsstoff for arbeid med klasseledelse på ungdomstrinnet*. Hentet 07.06.2015, fra:
http://www.udir.no/Upload/Ungdomstrinnet/Rammeverk/Ungdomstrinnet_Bakgrunnsdokument_klasseledelse_vedlegg_1.pdf?epslanguage=no

Vettrhus, B., Bjelland, T., (2006): *Dette gidder jeg ikke lærer. AD/HD i skolen*. Klepp, Info Vest forlag.

Voksne for barn (2009): *Zippys venner*. Oslo, Gamlebyen grafiske.

Youmans, M. (2008) *Helt hyper? ADHD ADD ABC*. Oslo, Gyldendal Norsk Forlag AS.