

Studiematerial för skolan

till boken "När mallen inte stämmer"

Studiematerialet är upplagt för kollegialt lärande med boken som underlag. Målet är att lättare kunna gå från teoretisk förståelse vidare till pedagogiska strategier i vardagen. Diskussioner och reflektioner i arbetslaget med hjälp av ett strukturerat och konkret material kan underlätta denna process.

Studiematerialet finns i två olika versioner. Ett som är anpassad till förskolan och ett för skolan.

Båda versionerna finns fritt att ladda ned på hemsidan.

www.hedevagpedagogik.se



Hur ska vi få mallen att passa bättre?

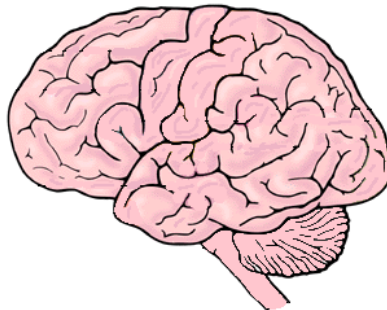
Läs om förklaringsmodeller för hur hjärnan tar emot, processar och reagerar på information s.9-33.
Diskutera och reflektera kring frågeställningarna nedan.



Nobelpristagare Daniel Kahneman beskriver i sin bok "Tänka snabbt och långsamt" hjärnans sätt att ta emot, processa och reagera på information med hjälp av en förklaringsmodell som han kallar för "System 1 och System 2".

System 1

- Omedveten
- Snabb
- Energisnål
- Autopilot
- Omedelbar
- Intuitiv



System 2

- Aktivt medveten
- Långsam
- Energikrävande
- Logisk
- Kontrollerad
- Ökad puls och blodtryck

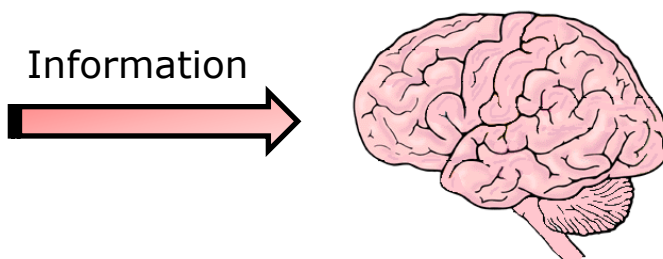
Ge exempel på funktioner som för de flesta är mer automatiska enligt System 1.

Ge exempel på funktioner som för de flesta kräver ett mer aktivt medvetande enligt System 2.

Vilka konsekvenser kan en överbelastning av System 2 få?

I boken beskrivs en förenklad pedagogisk förklaringsmodell över hur hjärnan hanterar information.

I denna modell motsvaras Kahnemans system 1 av "Sekreteraren" och "Bibliotekarien" medan system 2 motsvaras av "Chefen". Områdena "Motorik" och "Perception" redovisas för sig.



- Sekreteraren (Kahneman System 1)
- Bibliotekarien (Kahneman System 1)
- Chefen (Kahneman System 2)
- Motorik
- Perception

Sekreteraren

- Uppmärksamhet
- Prioritering
- Organisation och planering
- Aktivitets/vakenhetsreglering
- Känsloreglering
- Impulsreglering
- Övr. regleringar
- Arbetsminne
- Startenergi
- Tidsuppfattning
- Processtid

Hos de flesta av oss jobbar "Sekreteraren" automatiskt utan att vi behöver koppla på det aktiva medvetandet. I stress så fungerar alla dessa funktioner mycket sämre. Om "Sekreteraren" inte klarar av sina funktioner så kan "Chefen" med det aktiva medvetandet gå in och kompensera under en tid men det kostar mycket energi och är inte hållbart över tid. Vid ADHD så är många "Sekreterarfunktioner" kraftigt nedsatta men man kan också ha stora svårigheter med dessa funktioner utan att det är aktuellt med en diagnos.

Läs mer om Sekreteraren på
s.12-17

Svårigheter med Sekreterarfunktioner:

- Brister i uthållighet och fokus
- Aktivitetsgrad skiftar (låg/hög)
- Tappar tråden, byter fokus
- Svårt med organisation och planering
- Processtid (kort/lång) för att bearbeta information
- Svårt att värdera och prioritera intryck
- Svårt att bortse från ovidkommande intryck
- Svårt med känsloreglering
- Impulskontrollsvårigheter



Konsekvenser i skolan?

Diskutera/reflektera:

Har vi elever som har svårigheter med sina Sekreterarfunktioner?

Hur påverkar detta elevens "Inlärningsnetto"? (se artikel 22)

Vilka konsekvenser ser vi i skolan om en elev har Sekreterarsvårigheter?

Kan unika Sekreterarfunktioner även innebära styrkor? Hur bra är vi på att tillvarata dessa?

Vilka anpassningar kan göras på skol/organisationsnivå?

Vilka anpassningar kan göras för hela gruppen?

Vilka anpassningar kan göras i arbetet och bemötandet av elever med svårigheter på Sekreterarnivån?

Se mer om generella insatser på s.17.

Värdera på en skala 1-10 i vilken utsträckning de olika anpassningarna görs:

☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

1
Inte alls

10
Väldigt
mycket



Vad behövs utvecklas för att svaret ska komma högre på skalan?

Vem gör vad?

När börjar vi?

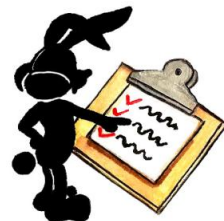
Bibliotekarien

- Föreställningsförmåga
- Kommunikation-ut
- Kommunikation-in
- Generalisering
- Helheter och sammanhang
- Tolkning och analys
- Skapa inre rubriker
- Socialt samspel

Läs mer om Bibliotekarien
på s.18-22

"Bibliotekarien" gör för de flesta av oss också sitt jobb automatiskt utan det aktiva medvetandets hjälp. Här finns ett stort referensbibliotek med tidigare erfarenheter och detaljer sammanfogade till större helheter. Med denna grund kan vi sedan bilda inre föreställningar och utifrån den information vi får kommunicera och samspela på bästa sätt. Om "Chefen" aktivt måste lista ut och dra medvetna slutsatser så går det åt mycket energi på bekostnad av annat. Diagnoser inom autismspektrat innebär att dessa funktioner är kraftigt nedsatta. Barn och ungdomar från andra länder och kulturer kan också uppvisa svårigheter på Bibliotekarierivå.

Svårigheter med Bibliotekariefunktioner:



- Svårt att föreställa sig vad som menas och vad man ska göra
- Svårt att skapa inre bilder speciellt utifrån verbal kommunikation
- Svårigheter att koppla ihop detaljer till större sammanhang
- Svårt att processa information som man inte sett eller varit med om själv
- Svårt att lista ut information som inte klart framgår
- Svårigheter att generalisera, reflektera, värdera och tolka information
- Tolkar ord och uttryck mer bokstavligt
- Svårt att tolka kroppsspråk
- Svårt att uppfatta bakomliggande intentioner
- Svårt vid ämnesmoment som ställer krav på bearbetning av information
- Oftast lättare med faktauppgifter
- Tycker oftast om faktaböcker mer än skönlitteratur
- Stora konsekvenser för kommunikation och samspel

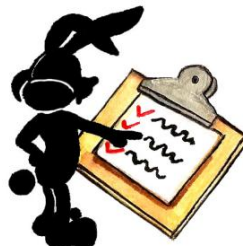
Svårare att se med tanken



Lättare att se med ögat



Se artikel 12!



Konsekvenser i skolan?

Diskutera/reflektera:

Har vi elever som har svårigheter med sina Bibliotekariefunktioner?

Hur påverkar detta elevens "Inlärningsnetto"? Artikel 22.

Hur påverkar detta elevens kommunikation och sociala samspel? Artikel 15,18

Vilka konsekvenser ser vi i skolan om en elev har Bibliotekariesvårigheter?

Kan unika Bibliotekariefunktioner även innebära styrkor? Hur bra är vi på att tillvarata dessa?

Vilka anpassningar kan göras på skol/organisationsnivå?

Vilka anpassningar kan göras för hela gruppen?

Vilka anpassningar kan göras i arbetet och bemötandet av elever med svårigheter på Bibliotekarienivån? Se mer om generella insatser på s.22-23.

Värdera på en skala 1-10 i vilken utsträckning de olika anpassningarna görs:

☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

1
Inte alls

10
Väldigt
mycket



Vad behövs utvecklas för att svaret ska komma högre på skalan?

Vem gör vad?

När börjar vi?

Chefen

- IQ
- Aktivt tänkande, planering, analys, logik mm.
- Självkänsla
- Driven av succe'
- Nyinläring
- Energikrävande
- "Chefsform"
- Kan vara lättkränkt

När "Chefen" jobbar går det åt mycket energi så det gäller att inte överbelasta "Chefs" funktioner. En utmattad och överansträngd "Chef" kan få starka reaktioner och utbrott. Att lära sig nya saker och aktivt processa information samt att undvika situationer av misslyckanden är ett hårt jobb. Ska dessutom "Chefen" kompensera för bristande funktioner på "Sekreterarnivå" och "Bibliotekari nivå" så är risken stor för överbelastning. Den största utmaningen är oftast att få en "Chef" att tro på sin egen förmåga och skapa inlärnings-situationer som inte innebär upprepade misslyckanden speciellt inte i relation till andra.

Läs mer om Chefen på s.24-27

Svårigheter med Chefsfunktioner:

- Chefen blir lätt uttröttad i nya situationer
- Varierande "Chefsform" påverkar kvalitén
- Större risk för starka reaktioner, utbrott och sammanbrott
- Ökad känslighet för upplevda tillrättavisningar
- Ökad känslighet för upplevda kränkningar
- Ovilja att pröva nya moment
- Undviker uppgifter med risk för synliga misslyckanden i relation till andra
- Förstår inte om undervisningen är på en för avancerad nivå
- Risk för problematisk skolfrånvaro

Varför vill man oftast inte hoppa höjdhopp om ribban ligger för högt?

Se artikel 5!



Konsekvenser i skolan?

Diskutera/reflektera:

- Har vi elever som har svårigheter med sina Chefsfunktioner?
- Vilka konsekvenser ser vi i skolan om en elev har Chefssvårigheter?
- Hur påverkar detta elevernas "Inlärningsnetto"? Se artikel 22.
- Ger vi eleverna tillräckligt med tid för repetition av genomgångna moment?
- Ge exempel på starka reaktioner hos elever på din skola.
- Har vi elever med problematisk skolfrånvaro? Ökar antalet? Varför? Se artikel 30.
- Vad händer om en elevs Chef inte känner sig kompetent?
- Vad händer om kraven är större än förmågan?
- Ge exempel på positiva omformuleringar istället för tillrättavisningar.
- Vilka anpassningar kan göras på skol/organisationsnivå?
- Vilka anpassningar kan göras för hela gruppen?
- Vilka anpassningar kan göras i arbetet och bemötandet av elever med svårigheter på Chefsnivå? Se mer om generella insatser på s.27.

Värdera på en skala 1-10 i vilken utsträckning de olika anpassningarna görs:



Kenth Hedevåg - Kungälv

Motorik och perception

- Grovmotorik
- Finmotorik
- Ögahandkoordination
- Balanssinnet
- Visuell perception (synintryck)
- Auditiv perception (ljudintryck)
- Muskel och ledsinne
- Taktil perception (yttre känslan)
- Smak- och luktsinne

För att kunna tolka och agera i vardagen behöver vi väl fungerande motoriska och perceptuella funktioner. Med perception menas hur vi urskiljer, tolkar och reagerar på sinnesintryck i ett visst sammanhang. Att vara fysiskt aktiv är en bra investering för hälsan och nyare forskning visar att förmåga till fokus, koncentration, arbetsminne, aktivitetsgrad förbättras markant efter pulshöjande aktiviteter. En väl fungerande motorik och perception betyder också mycket för självkänslan.

Läs om motorik/perception på s.28-32

Titta på filmen "Introduktion till perception" på Specialpedagogiska skolmyndighetens länk: www.spsm.se/studiepaket-npf/moment-2/

Pröva "Funktionssimulatorn" och upplev hur det kan vara i klassrummet för en elev med annorlunda tolkning och bearbetning av sinnesintryck. Länk: www.mfd.se/stod-och-verktyg/digitala-verktyg/simulatorer-och-kostnadssnurror/funktionssimulatorn/

Hur kändes det?

Svårigheter med motorik och perception:

- Störs av olika ljus, ljud och känselintryck
- Svårt att sitta stilla och koncentrera sig
- Svårt att rita och att skriva
- Svårt att förstå skalor, tabeller, kartor mm.
- Besvär av lukter som t.ex. parfym och rök
- Svårt med att automatisera. T.ex. gå och prata
- Att kunna vara med på olika rastaktiviteter
- Svårt med aktiviteter i ämnet "Idrott och hälsa"
- Svårt med aktiviteter på friluftsdagar och på fritiden
- Kan inte äta av alla maträtter som serveras
- Risk för utsatthet och kränkningar



Konsekvenser i skolan?

Diskutera/reflektera:

Har vi elever som har svårigheter med sin motorik?

Vilka konsekvenser ser vi i skolan om en elev har motoriksvårigheter?

Har vi elever som är perceptuellt över- eller underkänsliga?

Vilka konsekvenser kan detta leda till i skolan?

Finns det meningsfulla rastaktiviteter för alla elever?

Finns det alternativa aktiviteter för elever som har motoriska svårigheter i ämnet idrott och hälsa och på friluftsdagar?

Serveras det specialkost till elever som är överkänsliga för smak, lukt och konsistens? Behövs det intyg? Vem skriver ut detta?

Vilka anpassningar kan göras på skol/organisationsnivå?

Vilka anpassningar kan göras för hela gruppen?

Vilka anpassningar kan göras i arbetet och bemötandet av elever med motoriska och perceptuella svårigheter? Se mer om generella insatser på s.33.

Värdera på en skala 1-10 i vilken utsträckning de olika anpassningarna görs:

☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

1
Inte alls

10
Väldigt
mycket



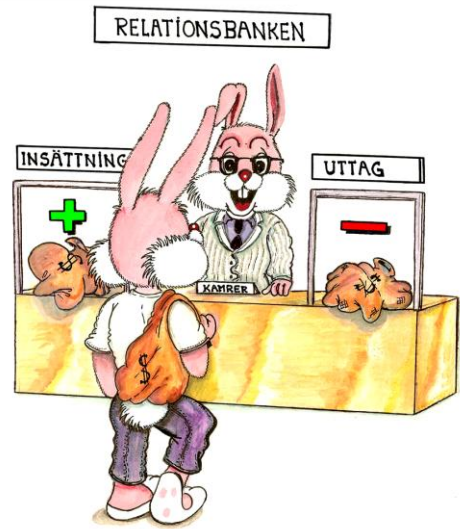
Vad behövs utvecklas för att svaret ska komma högre på skalan?

Vem gör vad?

När börjar vi?

Relationer mellan vuxen och elev

En fungerande relation mellan lärare och elev är en mycket viktig förutsättning för att elever ska prestera bra i skolan. En del forskare menar att relationen mellan lärare och elev är den mest avgörande enskilda faktorn för att ta vara på varje elevs utvecklingspotential. Man kan likna detta relationsskapande arbete, som vuxna ska ta ansvar för, som insättningar och uttag i elevernas "Relationsbank". Vi måste göra upprepade insättningar i banken för att senare kunna göra uttag. Insättningar gör vi när vi bekräftar, delar intresse, visar medkänsla, berömmar, hjälper, ställer upp osv. Uttag på kontot gör vi när vi ställer krav på uppförande och på att utföra skolarbete.



Läs mer i artikel 6 och läs gärna Annika Liljas avhandling: "Förtroendefulla relationer mellan lärare och elev" (2013)

Titta på filmen "Relation och motivation-Hur kan skolan bli meningsfull för alla elever?" www.youtube.com/watch?v=1UhBAhBCOOM

Diskutera/reflektera:

Hur kan man göra insättningar på elevernas "Relationsbank"?

Vad händer om man gör för många uttag?

Vilka elever behöver flest insättningar?

Vad kan göras på skol/organisationsnivå för att skapa förutsättningar för förtroendefulla relationer till eleverna?

Vilka relationsskapande insatser kan göras för hela gruppen?

Vilka insatser kan göras för att skapa förtroendefulla relationer med elever som utmanar oss relationellt?

Värdera på en skala 1-10 i vilken utsträckning de olika insatserna görs:

☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

1
Inte alls

10
Väldigt
mycket



Vad behövs utvecklas för att svaret ska komma högre på skalan?

Vem gör vad?

När börjar vi?

Visuellt stöd

Visuellt stöd används ofta som ett komplement till verbal information. Det kan vara i form av t.ex. skriven text, bilder, tankekartor, skisser, symboler, mallar, film och diagram.

Det visuella stödet underlättar vid informationsutbytet. Speciellt för elever som har svårt med uppmärksamhet, fokus, processhastighet och förmågan att skapa inre gemensamma föreställningar enbart utifrån verbalt språk.

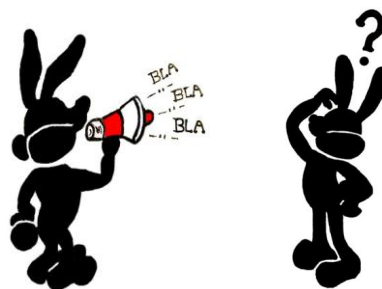
Detta tydliggörande av information är inte det samma som att informationen förenklas och förmedlas på en mer grundläggande nivå. Det handlar mer om att använda en större potential av elevernas förmåga till lärande och till redovisning av sina kunskaper. Pedagogerna kan också uppleva att undervisningen blir mer strukturerad och att de inte behöver upprepa muntlig information så många gånger.

Det visuella stödet kan användas när vi vill **ge information** till eleverna men också när vi vill **få information** och när vi vill att eleverna ska **bearbeta information** (t.ex. reflektera, värdera, analysera, se sammanhang mm).

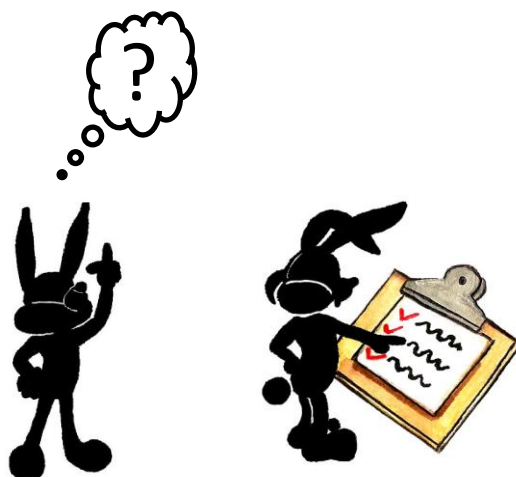
Läs artikel 15 om "Kommunikation med visuellt stöd".

Över 500 fria bilder hittar du på:
www.hedevagpedagogik.se

Här finns många fler: www.bildstod.se



Att beskriva något enbart med ord ställer höga krav på elevens föreställningsförmåga



Svårare att se med tanken

Lättare att se med ögat



Visuellt stöd för att ge information:

För att ge information om t.ex.

- Veckans innehåll
- Dagens innehåll
- Lektionens innehåll
- Faktakunskaper
- Skolans lokaler
- Nya aktiviteter
- Valalternativ
- Tydliggöra konflikter
- Sociala samspelsregler
- Dagens lunch
- Rastaktiviteter
- Ny personal och vikarier
- Friluftsför- och temadagar



Folkhälsoprofessor Hans Rosling var en mästare på att ge information med visuellt stöd. Titta på filmklippet "Hur går det för världen?":
www.youtube.com/watch?v=uOqcneWKGQM
och diskutera hans framgångsfaktorer.

Diskutera/reflektera:

Hur använder du visuellt stöd i din undervisning för att ge eleverna information?

Använder du visuellt stöd både på grupp- och individnivå?

Vilka utvecklingsmöjligheter ser du i din undervisning?

Vi pedagoger är ofta mycket verbala. Vilka risker kan detta medföra?

Vilka anpassningar kan göras på skol/organisationsnivå?

Vilka anpassningar kan göras för hela gruppen?

Värdera på en skala 1-10 i vilken utsträckning visuellt stöd för att ge information används:



1 10
Inte alls Väldigt mycket



Vad behövs utvecklas för att svaret ska komma högre på skalan?

Vem gör vad?

När börjar vi?

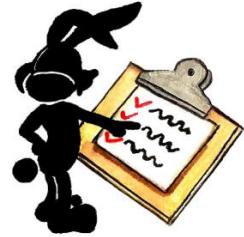
Visuellt stöd för att bearbeta information:

Den nya läroplanen ställer höga krav på elevernas förmåga att bearbeta information. Den ska tolkas i sitt sammanhang, värderas, analyseras och reflekteras.

Exempel på uppgifter som ställer höga krav på att bearbeta information:

- Skriv en berättelse om din framtid
- Hur tror du bokens innehåll speglar författarens egen uppväxt?
- Reflektera kring riksdagsvalet 2018.
- Fördelar och nackdelar? Gör ett aktivt val.
- Tolka det underliggande budskapet i boken.

Läs läroplanens mål i ämnet svenska om krav på att reflektera och tolka underliggande budskap i texter



"Mellan raderna? Där står det ju inget!"

Läs artikel 12: "Gustav har svårt att se med tanken".

Diskutera/reflektera:

Hur kan du använda visuellt stöd som ett hjälpmedel för att eleverna lättare ska kunna bearbeta information?

Kan du använda detta stöd på både grupp- och individnivå?

Vilka utvecklingsmöjligheter ser du i din undervisning?

Vilka krav ställer läroplanen på elevernas förmåga att bearbeta information?

Är undantagsbestämmelsen, Skollagen kap.10 §21 och kap.15 §26, aktuell för elever som har denna svårighet som en del av en funktionsnedsättning?

Finns det stöd för hur eleverna lättare ska bearbeta information i lärobokshandledningarna?

Vilka anpassningar kan göras vid prov och bedömningar?

Värdera på en skala 1-10 i vilken utsträckning visuellt stöd för att bearbeta information används:

☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

1
Inte alls

10
Väldigt
mycket



Vad behövs utvecklas för att svaret ska komma högre på skalan?

Vem gör vad?

När börjar vi?

Visuellt stöd för att få information av eleverna:

Att få reda på vad en elev tycker, tänker och känner kan vara helt avgörande för att hitta bra anpassningar och lösningar på problem som uppstår i vardagen. Om den som vi vill stödja och hjälpa själv känner sig delaktig och kan påverka de insatser som görs så är detta en mycket betydelsefull framgångsfaktor.

Ett verbalt samtal med mer övergripande frågor som t.ex. hur har du det?, har du förslag på förändringar? kan ofta vara svårt att svara på. Med hjälp av visuellt stöd så ökar möjligheten till ett kvalitativt bra samtal. Detta gäller speciellt för elever som har svårt att "se med tanken" men gäller oftast för alla.

Det är viktigt att tydliggöra för samtalspartnern att målet med samtalet är att få information så att skolsituationen kan förändras till det bättre.

Läs skollagen kap.4 §9 och i läroplanen om elevers rätt till delaktighet.

Hur ser det ut från elevens "utkikstorn"?



Läs artikel 16 om samtal med visuellt stöd.

Läs artikel 17 om visuella samtalsformer.

Diskutera/reflektera:

Diskutera skollagens och läroplanens krav på delaktighet och hur vi kan öka den?

Vilka av samtalsformerna i artikel 17 kan vara aktuella för dina elever?

Kan du använda detta stöd på både grupp- och individnivå?

En del elever är mycket verbala. Kan det ändå vara aktuellt med visuellt stöd i samtal? Är den verbala förmågan lika med att vara bra på att "se med tanken"?

Kan samtal med visuellt stöd vara en bra grund inför ett utvecklingssamtal?

Vilka utvecklingsmöjligheter ser du?

Har vi tillräckligt med tid för samtal med våra elever?

Värdera på en skala 1-10 i vilken utsträckning visuellt stöd för att få information från eleverna används:

☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

1
Inte alls

10
Väldigt
mycket



Vad behövs utvecklas för att svaret ska komma högre på skalan?

Vem gör vad?

När börjar vi?

Starka reaktioner och utbrott/sammanbrott

Starka reaktioner kan visa sig på många olika sätt. En del reagerar på ett mer tydligt sätt medan andras reaktioner är mer svåravlästa för omgivningen. Vanliga utåtagerande reaktioner är t.ex. att man säger eller gör olämpliga saker, vägrar delta eller flyr bort från sammanhanget. Andra reagerar på ett sätt som inte är lika tydligt som t.ex. att inte gå till skolan/jobbet, bli passiv, nedvärdera sig själv eller få ångest. Gemensamt för dessa starka reaktioner är att det är personens sätt att kommunicera med omgivningen att något är fel, även om inte alltid personen själv eller andra förstår orsakerna till reaktionen.

För att vi bättre ska kunna förstå, förebygga och hantera de situationer som uppstår behöver vi leta efter orsaker till reaktionerna. Ibland finns det en tydlig anledning till de starka reaktionerna men det kan också handla om många små orsaker som tillsammans utlöser en stark reaktion.

I skolan bör svårighetsgraden vara rimlig, stressen hanterbar och innehållet kännas meningsfullt. Om inte eleven har en hög känsla av sammanhang så kommer det troligtvis förr eller senare resultera i en reaktion.



Man kan reagera starkt på många olika sätt

Exempel på vanliga orsaker:

- Kraven överstiger förmågan
- Relationsproblem
- Bristande kontroll
- Bristande meningsfullhet
- Kommunikationssvårigheter
- Känslighet för frustrationer
- Känslighet för affektpåslag
- Upplevda oförrätter
- Obehagliga sinnesupplevelser
- Svårt med impuls kontroll
- Svårt med aktivitetsbyten
- Den mentala energin är slut
- Lågt blodsocker och trötthet

Läs artikel 7: "Starka reaktioner".

Läs artikel 30: "Anton vill inte gå till skolan"

Diskutera/reflektera:

Har vi elever som visar starka reaktioner i skolan?

Vilka starka reaktioner kan vi se hos eleverna?

Diskutera troliga anledningar till elevers starka reaktioner på din skola.

Har vi elever med problematisk skolfrånvaro? Är begreppet "Hemmasittare" bra?

Aron Antonovsky skapade begreppet "KASAM". Vad menas med detta?

Starka reaktioner och utbrott/sammanbrott

I negativ stress finns ingen potential för inläring.

Läs artikel 8 "Det lyser rött".



Diskutera/reflektera:

Vad händer med "inlärningsnettot" om eleven är i stark stress?

Är det skolans ansvar att reducera elevers stress?

Läs skollagen: Skollagen (2010:800) 3 kap. 3 §. Reflektera över vårt uppdrag.

Är vi bra på att anpassa kraven för varje enskild elev?

Är vi bra på att ändra kraven när förmågan varierar från gång till gång?

Hur kan det komma sig att en elevs förmåga kan variera så stort?

"Stressburken" är en visuell förklaringsmodell för att lättare se sambandet mellan för mycket stress och starka reaktioner och utbrott. Vi har alla en slags inre stressburk där vi har mindre och större saker som påverkar vår stressnivå. En del av oss har många saker i burken och inte så mycket buffert kvar för nya stressfaktorer. Andra har gott om utrymme kvar och tål bättre nya påfrestningar. Ibland är det en till synes obetydlig sak som utlöser starka reaktioner, men är burken full så får inget mer plats.



Läs artikel 9 : "Stressburken är full".

Diskutera/reflektera:

Varför är det viktigt av vi kartlägger vad eleverna har i sina stressburkar?

Vilka hanteringsstrategier kan vara lämpliga om stressburken är full?

Kan stressburken användas som förklaringsmodell för hela gruppen?

Diskutera din egen stressburk och vilka hanteringsstrategier du brukar använda.

Starka reaktioner och utbrott/sammanbrott

När tanken är tom så fungerar inte motorn

Många elever med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar som t.ex. ADHD och inom autismspektrat förbrukar mycket mer mental energi i skolan än andra. Förklaringen till detta är att de i högre grad använder "Chefen" och det medvetna tänkandet i situationer som andra hanterar mer automatiskt.

En kartläggning i form av en energiinventering kan ge värdefull information för att kunna skapa en bra balans mellan energigivare och energitagare. Detta kan vara en mycket viktig del för att öka förståelsen och för att förebygga starka reaktioner.

Gör din egen energiinventering! Lista aktiviteter, platser och personer som ger eller tar energi från dig. Använd en skala 1-10.



Läs artikel 24 om "Energibalans".



Ger energi +	Tar energi -

Diskutera/reflektera:

Har vi elever på skolan som verkar förbruka mycket mental energi?

Vilka reaktioner tror du är vanliga hos elever med "soppatorsk"?

Kan det se olika ut hemma och i skolan? Varför kan det vara så?

Kan roliga aktiviteter och positiva relationer också ta mycket energi?

Kan man göra en energiinventering på gruppnivå där alla elever får lista sina energigivare och energitagare?

Starka reaktioner och utbrott/sammanbrott

Hur kan vi möta elever med starka reaktioner på bästa sätt?

Nedan visas en modifierad form av Whitakers affektionskurva (Whitaker 2001) som beskriver olika grader av känslotillstånd. Se artikel 7.

Med denna som grund kan det vara lättare att förstå ett händelseförlopp och kunna förebygga, hantera och efterarbeta starka reaktioner och utbrott.



1. Vardag. Det är lugnt och vi kan jobba med förebyggande insatser.
2. Det börjar sjuda och risken är stor för att det ska koka över. Vi behöver agera på ett smart sätt för att hindra att detta sker.
3. Det kokar över. Skadan har redan skett och vi behöver minimera konsekvenserna.
4. Det har lugnat ner sig igen. Vi behöver efterarbeta men får akta oss så det inte börjar koka igen.



Kan du identifiera de fem grundaffekter som bilderna visar?

Starka reaktioner och utbrott/sammanbrott

Värdera på en skala 1-5 i hur bra skolans personal är på nedanstående påståenden. 1 är mindre bra och 5 är riktigt bra.

Kunskap om allmänna lagbestämmelser och vad skollagen säger om hur vi får ingripa vid starka reaktioner i skolan. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Att göra skolan begriplig, hanterbar och meningsfull för alla elever. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Att kartlägga och reducera stressfaktorer. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Att skapa förtroendefulla relationer mellan vuxna och elever. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Att ha en generell plan för hur vi ska agera vid krissituationer 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Att ha individuella handlingsplaner, där eleven har varit delaktig, för hur vi ska agera vid starka reaktioner. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

En god samverkan med vårdnadshavare och andra professionella i nätverket. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

1. Förebyggande arbete i vardagen



Använda humor som avledare. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Att undvika onödig kroppskontakt. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Låta en kollega ta över situationen. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Vara lugn och behärskad. Hålla en låg profil. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Avleda med ord, byta aktivitet och plats. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Undvika prestigesituationer och hota med straff. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

2. Det börjar "sjuda och bubbla". Risk för reaktioner!



Starka reaktioner och utbrott/sammanbrott

Att ge beröm och bekräftelse om eleven följer den uppgjorda planen. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Att ha ett lågaffektivt bemötandeför att inte öka den starka reaktionen. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Att undvika kroppskontakt och ögonkontakt samt att hålla lämpligt avstånd. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Att fortsatt försöka med att avleda med ord, aktivitet, plats eller ny person. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Att inte diskutera orsak och verkan samt konsekvenser i detta läge. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Att aktivt ingripa vid fara för eleven eller omgivningen. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

3. "Det kokar över!"
Den starka reaktionen är ett faktum.



Att ge mycket beröm om det ändå gått relativt bra.
1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Att på ett lugnt och neutralt sätt sätta ord på det som hänt.
Eleven kanske inte minns. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Att ge förslag på hur ni kan gå vidare idag och följande dag.
1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Att se till att alla inblandade parter får rätt information och förståelse för situationen. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

Att vid ett senare tillfälle ha ett reflektionssamtal utan att det upplevs som tillrättavisande. 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 5

4. Det har
lugnat ner sig".



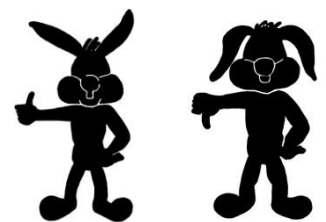
Vad är vi bra på och vilka områden behöver vi bli bättre på?

Gör en sammanställning!

Vad behövs utvecklas för att svaren ska komma högre på skalorna?

Vem gör vad?

När börjar vi?



Det gemensamma språkets kraft

Det finns mycket stora vinster att göra om barn, ungdomar och vuxna delar samma begrepp. Finns det en gemensam förståelse vad det gäller innebörden av ord och begrepp så ökar chansen till bra kommunikation. Här följer några exempel på nya ord och begrepp som finns beskrivna i boken.

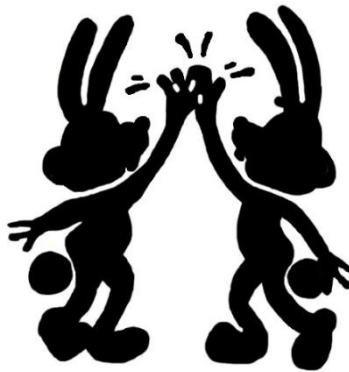
Läs artikel 35 om "Ord och begrepp".



Sekreteraren
Bibliotekarien
Chefen
Relationsbanken
Inlärningsnetto
Höjdhopparlag
Elevens utvecklingstorn
Stressburken
Soppatorsk
Energigivare

Vilka fördelar ser du med att använda gemensamma begrepp?

Vilka andra gemensamma begrepp används redan på skolan?



Gör skillnad!

Du kan inte göra allt men
du kan alltid göra något