

Kompetenceforløb: Co-læring med Nest-elementer i almenundervisningen

Sølystskolen den 28. november 2017

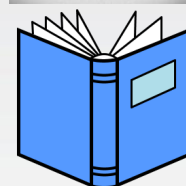


CO-LÆRING MED NEST-ELEMENTER I ALMENUNDERVISNING



Program

1. Overblik over Nest



2. Siden sidst/rekapitulering



3. Videndeling om øvebaner

4. Dagens tema: Metoder til adfærds- og følelsesregulering:
Konflikthåndtering, spejling og opmærksomhed på
ønsket adfærd

5. Forberede øvebaner



Overblik over Nest: Hvad har Nest til fælles med en Nike sko?

Nest på Katrinebjerg

www.dr.dk/tv/se/tv-avisen/tv-avisen-19/tv-avisen-2017-11-13-21-29#!/10:01

Nest-metoder i andre kommuner

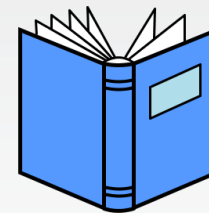
Co-teaching og Nest-metoder i
Folkeskoler i Aarhus



Behov:	Metoder:
Overskuelige fysiske rammer, struktur og forudsigelighed	• Indretning • Visuel støtte: Stemmeskalaen og dagsprogram • Time-Timere
Overskuelig information i opgaver	• Forberedelse • Forarbejdningstid • Skriftlige anvisninger • Checklister • Roller i undervisning
Støtte til regulering af sanser, opmærksomhed og følelser	• Skalaer • Bevægelse og pauser • Tilbyde valg
Støtte til adfærds- og følelsesregulering	• Konflikt håndtering • Opmærksomhed på ønsket adfærd • Spejling
Støtte til mentalisering	• Positiv adfærdsstøtte gennem selvsnak, fleksibilitet og problemløsning

Regulering af sanser, opmærksomhed og følelser

- Skalaer
- Bevægelsespauser og rolige pauser
- Tilbyde valg





Siden sidst/rekapitulering

- Gå sammen, så I er tre i hver gruppe (gå sammen med dem, der sidder tættest på).



Siden sidst/rekapitulering

- Gå sammen, så I er tre i hver gruppe (gå sammen med dem, der sidder tættest på).
- Find ud af hvem der er født tidligst på året (fx januar måned), hvem der er født i midten (fx maj) og hvem der er født sidst på året (fx november).



Siden sidst/rekapitulering

- Gå sammen, så I er tre i hver gruppe (gå sammen med dem, der sidder tættest på).
- Find ud af hvem der er født tidligst på året (fx januar måned), hvem der er født i midten (fx maj) og hvem der er født sidst på året (fx november).
- Førstfødte er nr. 1, næste er nr. 2 og sidstfødte er nr. 3.



Siden sidst/rekapitulering

- Gå sammen, så I er tre i hver gruppe (gå sammen med dem, der sidder tættest på).
- Find ud af hvem der er født tidligst på året (fx januar måned), hven der er født i midten (fx maj) og hvem der er født sidst på året (fx november).
- Førstfødte er nr. 1, næste er nr. 2 og sidstfødte er nr. 3.
- Om lidt kommer der slides:
- Nr. 1 skal fortælle i 2 min. om hvad du kan huske om **Skalering** (se slides).
- Nr. 2 skal fortælle i 2 min om hvad du kan huske om **Bevægelsespauser og rolige pauser** (se slides).
- Nr. 3 skal fortælle i 2 min om hvad du kan huske om **Valgmuligheder** (se slides).



Skalering

STEMMESKALA

5	ALARM-STEMME
4	UDE-STEMME
3	INDE STEMME ←
2	HVISKE
1	INGEN SNAK

Hvad gik metoden ud på?
Hvad skulle den gøre godt
for/Hvad kan metoden
hjælpe eleverne med?

Hvor er jeg ifht. at komme i gang med en opgave?

- 5 Jeg har næsten allerede lavet arbejdet!
- 4 Jeg forstår det og er klar til at gå igang
- 3 Jeg tror jeg forstår det, men skal lige læse opgaven igennem igen
- 2 Jeg forstår det ikke endnu, men vil starte med at spørge min makker
- 1 Jeg forstår det ikke endnu og har brug for voksenhjælp



Bevægelsespauser og rolige pauser

○ Bevægelsesstationer

(individuel mulighed for alle)

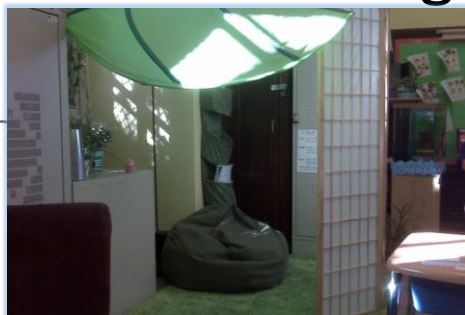
- F.eks. push-ups på væggen
- Visuel opskrift
- Tidsangivelse



○ Bevægelsesaktiviteter (fælles/fast aktivitet i klassen) og brain breaks, fx www.trivselogbevægelse.dk

○ Mindfulness eller yoga (fælles/fast aktivitet i klassen)

○ Pausehjørnet (individuel mulighed for alle)



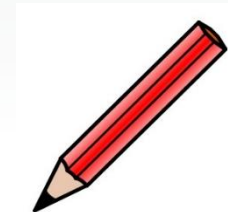
**Hvad gik metoden ud på?
Hvad skulle den gøre godt
for/Hvad kan metoden
hjælpe eleverne med?**



Valgmuligheder

- Tilbyd valgmuligheder
- Giver selvstændighed og kontrol til eleven
- Valg som en del af lektionsindholdet/ skrevet på tavlen
- Vil du skrive med blyant eller kuglepen?

Hvad gik metoden ud på?
Hvad skulle den gøre
godt for/Hvad kan
metoden hjælpe
eleverne med?





Videndeling om øvebaner

Nu skal I i tremandsgruppen videndele om, hvad I har arbejdet med siden sidst og om, hvordan det er gået.

- Nr. 3 starter (I har 3 min. hver). Anna styrer tiden.

Hjælpespørgsmål:

Hvilken metode har jeg haft mest fokus på siden sidst?

Hvordan har jeg arbejdet med det? Hvordan er det gået?

Hvad vil jeg arbejde med fremadrettet?



Videndeling om øvebaner

Nu skal I i tremandsgruppen videndele om, hvad I har arbejdet med siden sidst og om, hvordan det er gået.

- Nr. 3 starter (I har 3 min. hver). Anna styrer tiden.

Hjælpespørgsmål:

Hvilken metode har jeg haft mest fokus på siden sidst?
Hvordan har jeg arbejdet med det? Hvordan er det gået?
Hvad vil jeg arbejde med fremadrettet?

- Nr. 2 er næst.



Videndeling om øvebaner

Nu skal I i tremandsgruppen videndele om, hvad I har arbejdet med siden sidst og om, hvordan det er gået.

- Nr. 3 starter (I har 3 min. hver). Anna styrer tiden.

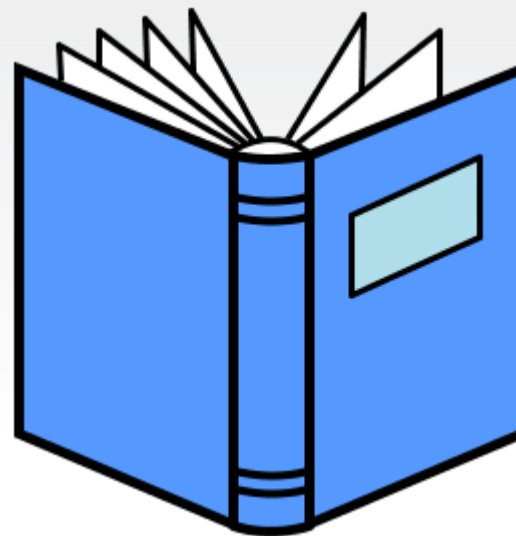
Hjælpespørgsmål:

Hvilken metode har jeg haft mest fokus på siden sidst?
Hvordan har jeg arbejdet med det? Hvordan er det gået?
Hvad vil jeg arbejde med fremadrettet?

- Nr. 2 er næst.
- Nr. 1 er sidst.

Det fremadrettede arbejde

Overvej hvad du bliver optaget af i forhold til at
fortsætte med at bruge metoderne.
Skriv evt. ned.





Som jeg huskede, det var at være barn i firserne.

Jeg er altså også et
slags menneske.



Bla bla med dig.

Fusionen af normal og special: Forstærket almenpædagogik for alle

Metoder fra forstærket almenpædagogik anvendes dagen igennem **på hele klassen**. Alle børn, også børn med særlige behov, profiterer af

- Et lavt konfliktniveau
- At adfærd værdsættes og anerkendes
- At adfærd – eller intentioner – forstås og anerkendes
- At være i et positivt miljø.



TRETRINSMODELLEN

Dagens tema: Metoder til adfærd- og følelsesregulering

- Konfliktåndterning
- Opmærksomhed på ønsket adfærd
- Spejling

Metoder til adfærds- og følelsesregulering
- Hvorfor er det vigtigt?

Metoder til adfærds- og følelsesregulering kan fx hjælpe elever til at

- Mærke og forstå sig selv
- Udtrykke sig selv
- Udvikle højere selvværd
- Sikre bedre selvkontrol og fokus
- Rumme og forstå andre mennesker
- Bruge hensigtsmæssige metoder i dialog med andre mennesker
- Være lydhør og efterrettelig over for krav
- Sikre bedre parathed og motivation for læring

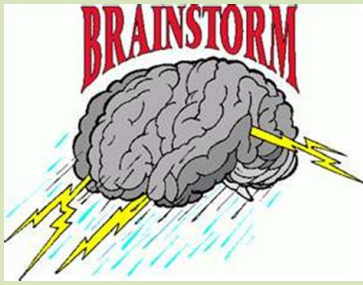
Forskning om betydningen af lærernes handlinger og metoder for hele klassen

- Elevers **adfærd** i klassen afhænger i høj grad af lærer-elev-relationens kvalitet
- Den måde læreren interagerer med en enkelt elev påvirker **undervisningens kvalitet** for hele klassen.
- Interviews med lærerne viste, at deres handlinger var stærkt forbundet med deres **indstilling** til eleverne.
- Interviews med de eleverne viste, at lærerens interaktioner med en **enkelt elev** betød utroligt meget for de andres oplevelse af undervisningen.

Louise Klinge: "LÆRERENS RELATIONSKOMPETENCE"
(2016), Ph.D. afhandling.

Dagens tema: Metoder til adfærd- og følelsesregulering

- Konfliktåndterung
- Opmærksomhed på ønsket adfærd
- Spejling



Omvendt brainstorm

- I bliver nu placeret i grupper af 3. Det er oplægsholderne, der danner grupperne!
- Når gruppen er dannet, tager I et A3 ark og sætter jer ved et bord
- I sørger for at have et skriveredskab og venter til alle andre er klar
- Stemmeskalaen er på grøn



Omvendt brainstorm

- Fold papiret i 3 kolonner. Anita viser hvordan!
- Besvar følgende spørgsmål i kolonnen længst til venstre:

Hvordan sikrer vi, at konfliktniveauet øges i klassen?

- I 2. kolonne omformulerer I svaret, så der står det modsatte af udsagnet i første kolonne
- I 3. kolonne skriver I, hvad det kræver hvis udsagn fra 2. kolonne skal opfyldes

A painting depicting a scene in a room. On the left, a man in a dark suit and white shirt stands with his back to the viewer, looking towards a large wooden door. On the right, a young boy in a dark, patterned suit stands looking down at a black suitcase on the floor. The room has a wooden floor, a large wooden door, and a piece of furniture on the left. The text "HVIS ET BARN IKKE KAN LÆSE" is written in large, bold, white capital letters across the top, and "UNDERVISER VI" is written in similar letters across the middle.

HVIS ET BARN IKKE KAN LÆSE
UNDERVISER VI

A painting depicting a scene in a room. On the left, a man in a dark suit and white shirt stands with his back to the viewer, looking towards a large wooden door. On the right, a young boy in a dark suit stands near the door, looking down. A black suitcase lies on the floor near the boy. The room has a wooden floor, a wooden door, and a large painting on the wall. A small table with a bottle and books is visible on the left. A large, ornate stove is on the right. The text "HVIS ET BARN IKKE KAN SVØMME" is written in large, bold, white capital letters across the top, and "UNDERVISER VI" is written in large, bold, white capital letters across the middle.

**HVIS ET BARN IKKE KAN SVØMME
UNDERVISER VI**

A painting depicting a scene in a room. On the left, a man in a dark suit and white shirt stands with his back to the viewer, looking towards a young boy. The boy, dressed in a dark, patterned suit, stands near a wooden door, looking down at a black suitcase on the floor. The room features a wooden floor, a small table with a bottle on the left, a framed picture on the wall, and a large, ornate stove on the right. The text is overlaid in the center of the image.

**HVIS ET BARN IKKE KAN OPFØRE
SIG ORDENLIGT**

IRETTESÆTTER VI

Før

Under

Efter



FØR



TRIGGER



UNDER



EFTER



Før

Under

Efter



Forudgående (udløser)

Hvad skete der lige inden?

Forhindre/ forebyg

Observerbar adfærd

*Hvad gjorde jeg?
Hvad gjorde eleven?*

Erstatte

Konsekvens

Hvad skete der bagefter?

Reagere



Low arousal



- Tal dæmpet
- Aflede eleven ved at flytte fokus
- Stå eller sid med siden til eleven
- Gå i øjenhøjde med eleven
- Giv altid eleven en mulighed for at trække sig – En bagdør (undgå magtkamp/krav)



Konflikthåndtering

- Træd et skridt tilbage
- Undgå øjenkontakt
- Visuelle clues, minimer brug af ord
- "Flyt" elever, som kan komme til skade

Hvor stort er problemet?



Stort problem

Mellem problem

Lille problem



Skalering

JEG BLIVER NØD TIL AT GÅ!

Jeg har brug for afstand!

Vær sød ikke at tale til mig

Jeg er lidt nervøs/utilpas

Jeg har det fint





Skalering



Stort problem

**STORT
PROBLEM**

**Mellem
PROBLEM**

Mellem problem

Lille problem

Lille problem



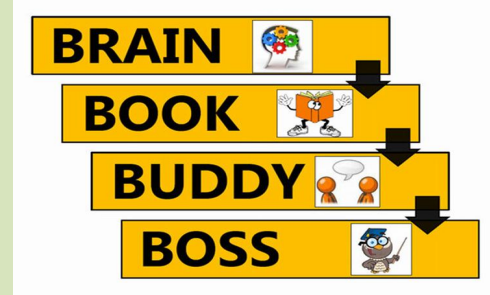
At undervise i "*at snakke med sig selv*" som metode til at bevare roen

- Dette er kun et lille problem
- Min lærer vil hjælpe mig, når jeg har brug for det
- Jeg kan knytte mine hænder... og give slip





JERES TUR...

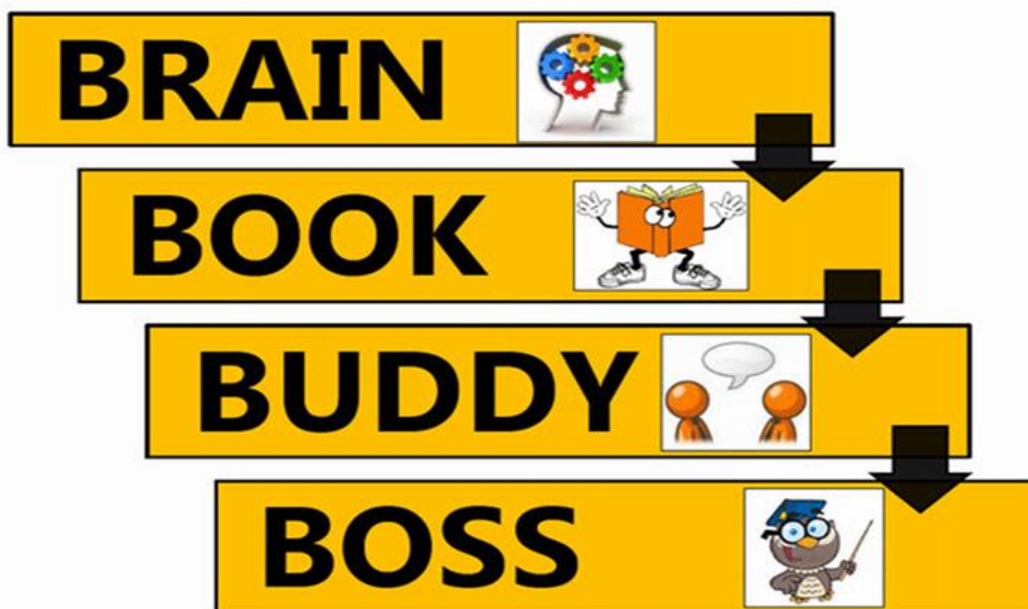


- Identificer et problem
- Hvad er triggeren (bananskrællen)
- Udvikle en plan, hvor du bruger:
 - En forbyggelsesstrategi (Før)
 - En copingstrategi (Under)
 - En reaktionsstrategi (Efter)



Aktivitet: Brain-Book-Buddy-Boss

Hvordan kan jeg forestille mig at arbejde med konflikthåndtering?



Dagens tema



tema

Dagens tema: Metoder til adfærd- og følelsesregulering

- Konfliktåndtering
- Opmærksomhed på ønsket adfærd
- Spejling

Opmærksomhed på ønsket adfærd

Formålet er at kaste lys på det, som lykkes for børn, fordi det lærer de mest af.

Formålet er at anvise børn, hvad de skal, frem for hvad de ikke skal (positive modstykker).

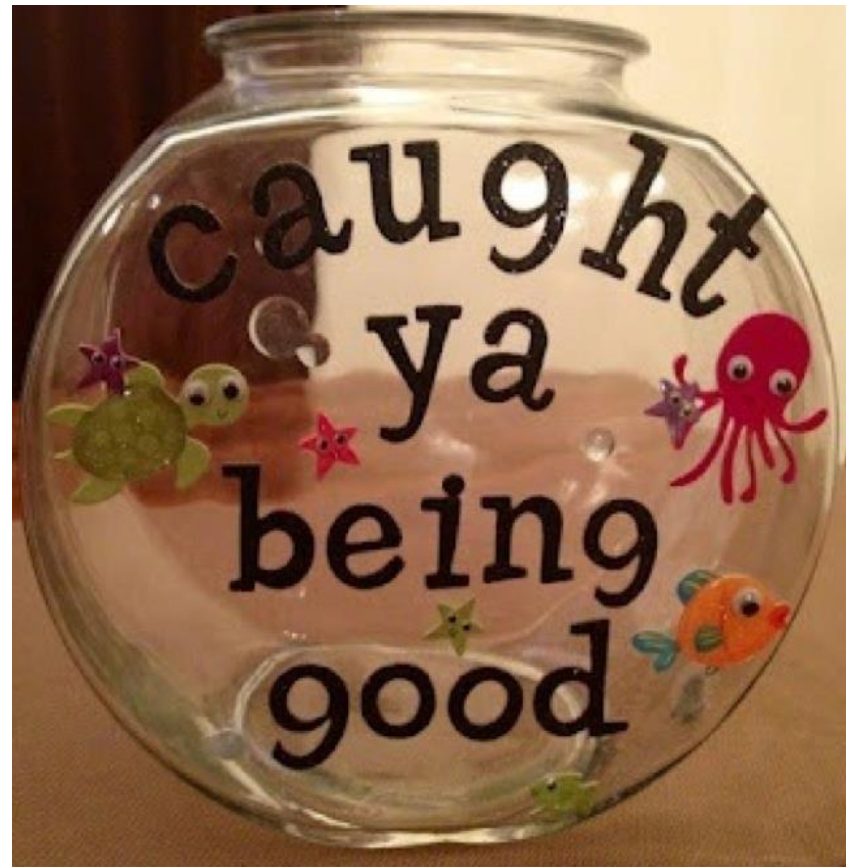
Fokus på positiv adfærd er en bedre metode end negativ feedback på uhensigtsmæssig adfærd.

- Stressreducerende
- Relationsopbyggende
- Klassen får oplevelse af at lykkes



”Fang dem i det rigtige”

- At rette sin opmærksomhed mod børns ønskede adfærd
- At italesætte den ønskede adfærd
- Vær konkret!
 - hvad er det, der gøres godt?
- Gives i øjeblikket – 7 sek
- Brug nabo-ros: *”Der er mange elever, der allerede er begyndt at læse opgaven”*
- 1:4 (1 negativ kræver 4 positive)
- Gør det til en vane

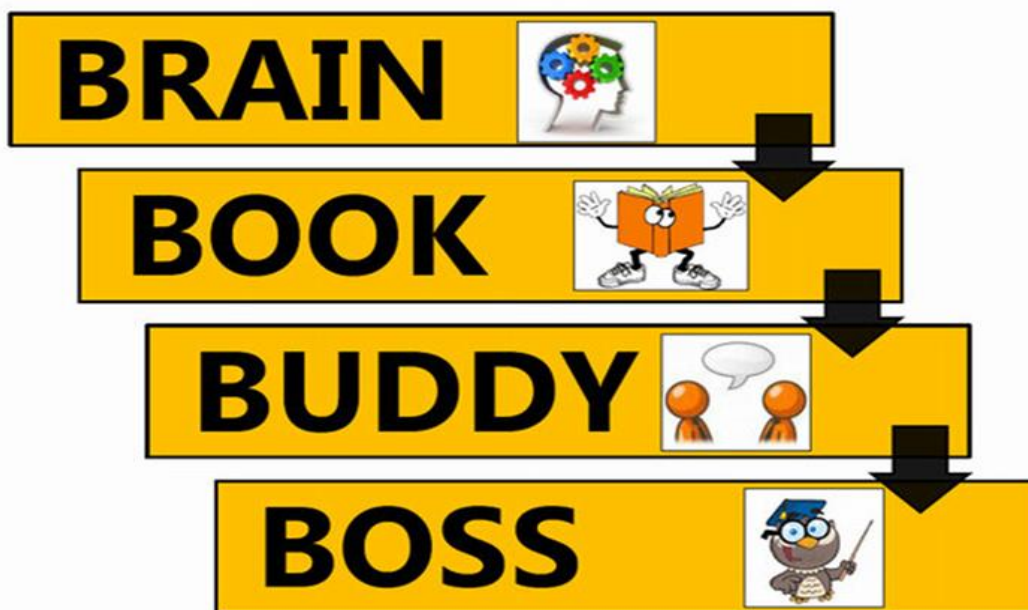


- Opnåelige succeser
- Konkrete kriterier for udløsning af belønning
- Fokus på det, der lykkes
- Der spares op
- Optjent belønning kan ikke mistes
- I samarbejde med børnegruppen!!



Aktivitet: Brain-Book-Buddy-Boss

Hvordan kan jeg forestille mig at arbejde med opmærksomhed på ønsket adfærd?



Dagens tema



tema

Dagens tema: Metoder til adfærd- og følelsesregulering

- Konfliktåndtering
- Opmærksomhed på ønsket adfærd
- **Spejling**

tema

Det kan være svært ikke at have en dagsorden



Spejling



- For at kunne dette, skal man *et øjeblik* gøre sig selv fri af egne dagsordner med eleven (fx få eleven til at falde til ro, tie stille, gå i gang med skolearbejde)
- Her prøver man at sætte ord på, hvad man tror der rører sig hos eleven. Spejling er en enkel metode til at vise indføling, engagement og opmærksomhed
- Forskning viser, at 5 minutters børnestyret leg (med indføling, engagement og opmærksomhed) om dagen kan medvirke til at reducere barnets adfærdsproblemer og opmærksomhedsmæssige vanskeligheder

(Fx Trillingsgaard og Trillingsgaard (2014): Virkningen af 'De Utrolige Års' forældretræning i forhold til yngre børn med ADHD-symptomer. Center for ADHD & Aarhus Universitet.

- En spejling behøves kun at tage 5 sekunder.

Øvelse: Spejling



- Stil dig sammen med én fra dit bord med nogenlunde samme farve trøje som dig selv

Øvelse: Spejling



- Stil dig sammen med én fra dit bord med nogenlunde samme farve trøje som dig selv
- Den der stod først op i morges er læreren. Den der stod sidst op er eleven.

Øvelse: Spejling



- Stil dig sammen med én fra dit bord med nogenlunde samme farve trøje som dig selv
- Den der stod først op i morges er læreren. Den der stod sidst op er eleven.
- Nu vil læreren gerne have eleven til at arbejde, men eleven er sur over noget en klassekammerat lige har sagt. Nu skal læreren prøve at spejle eleven mhp. at få eleven igang. I har 3 minutter.

Øvelse: Spejling



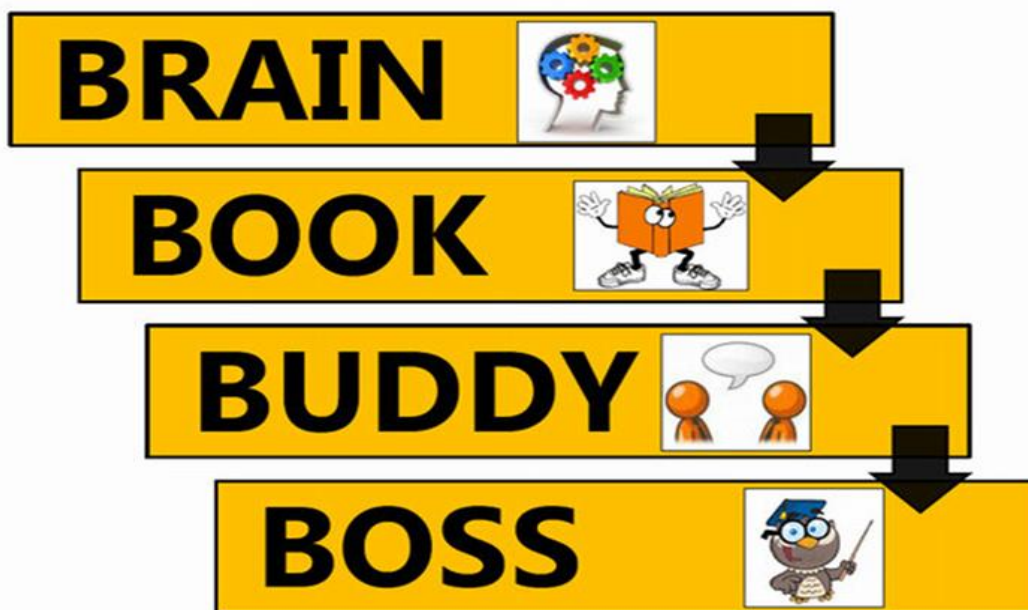
- Stil dig sammen med én fra dit bord med nogenlunde samme farve trøje som dig selv
- Den der stod først op i morges er læreren. Den der stod sidst op er eleven.
- Nu vil læreren gerne have eleven til at arbejde, men eleven er sur over noget en klassekammerat lige har sagt. Nu skal læreren prøve at spejle eleven mhp. at få eleven igang. I har 3 minutter.

TIPS TIL LÆREREN

- Vær rolig
- Hav en lyttende indstilling og vær venlig
- Sæt ord på det hensigtsmæssige eleven gør i situationen
- Sig hvad man tror eleven oplever, ønsker eller har brug for
- Anvend sætninger som *"Jeg kan se, at du har prøvet at komme i gang med opgaven."* og *"Ja, det er svært det her. Jeg kan godt følge at det kunne være rart, hvis der var frikvarter lige nu."*

Aktivitet: Brain-Book-Buddy-Boss

Hvordan kan jeg forestille mig at arbejde med spejling?



Metoder til adfærd- og følelsesregulering

Metoder – ikke terapi!



“Who cares what little kids think? What’s important is that you believe in yourself.”



Øvebaner til næste gang (den 7.2.2018)

tema

Klasserumsmetode:

Regulering af adfærd og følelser

- Konflikt håndtering
- Opmærksomhed på ønsket adfærd
- Spejling

**Vi følger op på disse
næste gang den 7.2.18**



Sid for dig selv og overvej:

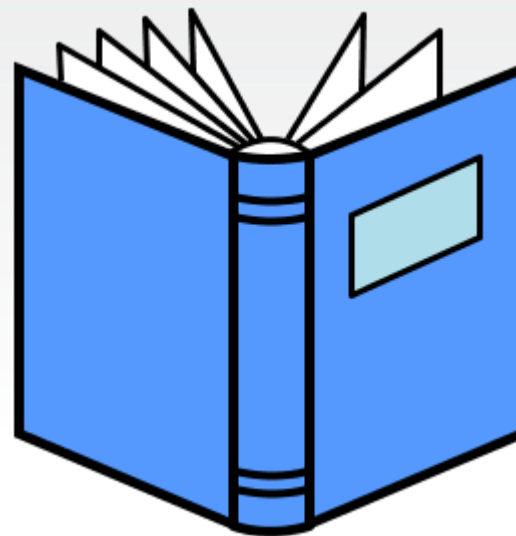
- Hvilke(n) klasserumsmetode fra i dag har jeg lyst til at starte med at bruge i min klasse?
- I hvilke situationer vil jeg bruge dem?



- Skriv dine ideer ned

Det fremadrettede arbejde

Overvej hvad du bliver optaget af i forhold til at fortsætte med at bruge Nest-metoderne.
Skriv evt. ned.



Tjek ud

Fortæl din sidemand en ting, du vil arbejde med



Har dagen i dag givet
dig noget i forhold til
det fremadrettede
arbejde?

5

Jeg har fået en masse ideer
jeg kan bruge og/eller jeg har
fået bekræftet at vi virkelig er
på rette vej

4

Jeg har fået nogle nye ideer
og/eller jeg har fået bekræftet
at vi er på rette vej

3

Jeg har fået en enkelt ny idé

2

Måske én ting, men mest
"been there, done that"

1

Gudskelov, der kun er en gang
tilbage

Tak for i dag!
Vi ses i det nye år!