



Læring, psykisk helse og kompetanse

Bidrag fra forskning og praksis

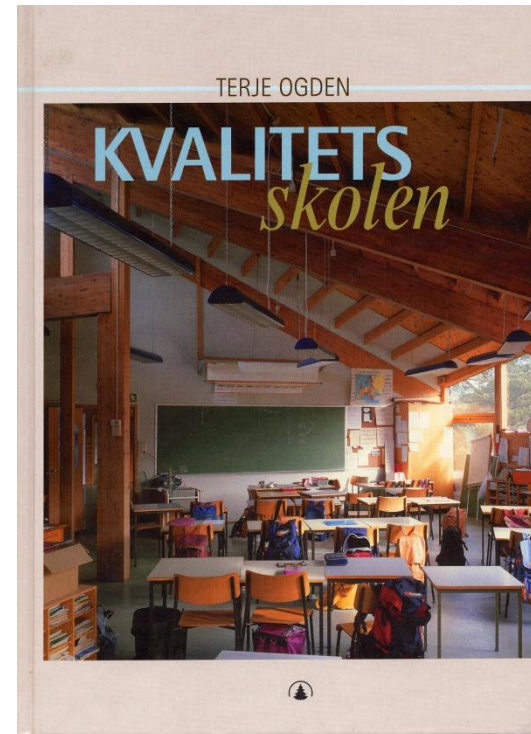
FLIS landskonferanse
Tromsø 29. oktober 2009

Terje Ogden
Atferdssenteret – Unirand
Universitetet i Oslo
www.ogden.no

Den gode skolen – også for vanskelige elever?

Dagens skole er kanskje bedre tilpasset dyktige og ansvarlige elever enn de svake, umodne, umotiverte og urolige elevene.

- Hva er gode skoler?
 - Effektive?
 - Inkluderende?





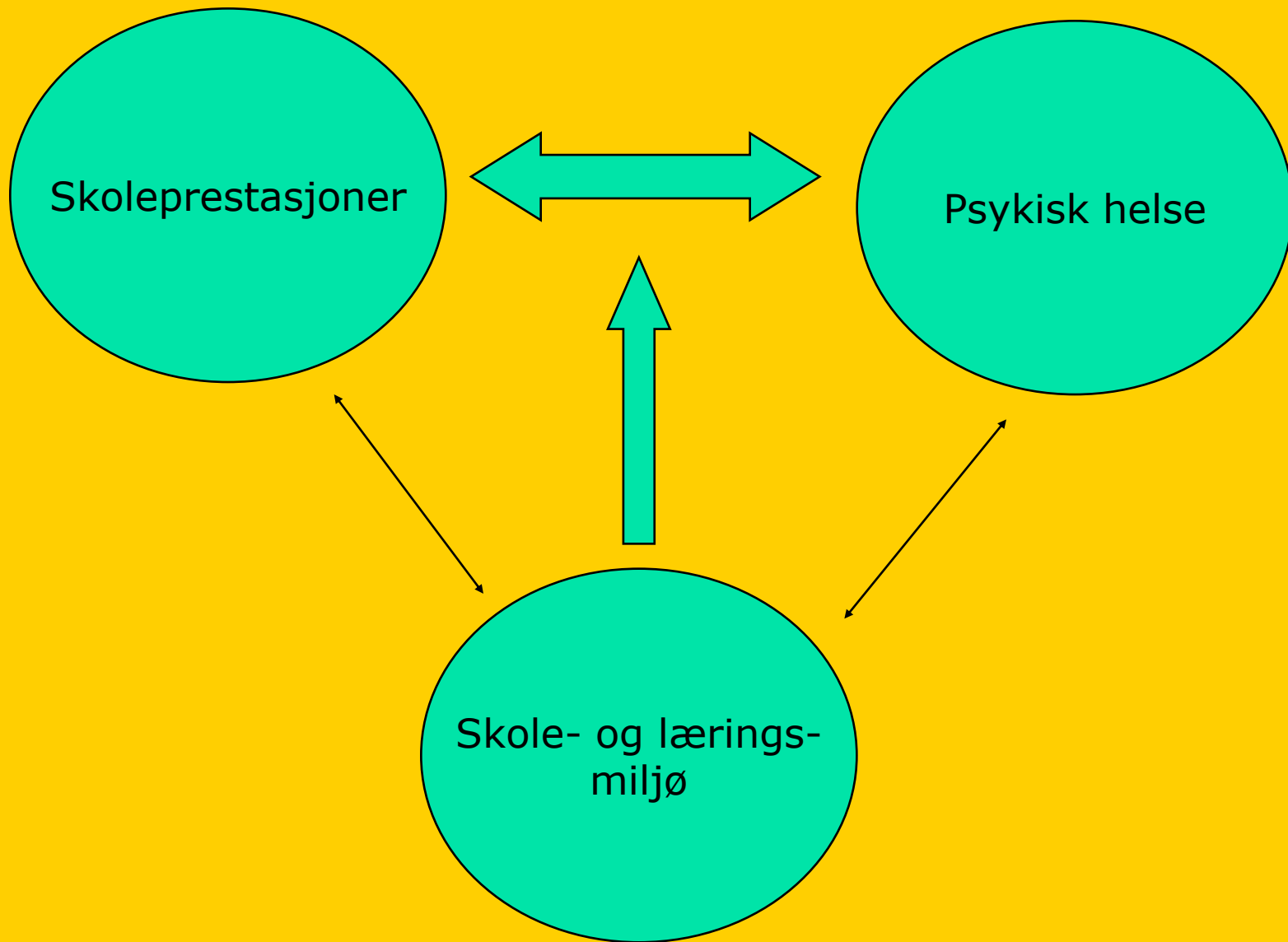
Skolens og lærernes betydning for elevenes sosiale og personlige utvikling

- Skoler og lærere som fremmer skolefaglige prestasjoner er ikke nødvendigvis skoler og lærere som fremmer elevenes psykiske helse.
- God undervisning er viktig, men ikke tilstrekkelige for å skape et godt læringsmiljø,
- For å utvikle et godt læringsmiljø må lærere kunne holde kontroll på måter som elever forstår og lærer av,
- Et godt læringsmiljø bidrar til at elever lærer å regulere oppmerksomhet, atferd og følelser.



Et bredt læringsbegrep i skolen

- Et sterkt fokus på karakterer og skoleprestasjoner har trukket oppmerksomheten bort fra temaer som psykisk helse og elevenes sosiale fungering i og utenfor skolen,
- Skoleforskningen viser hvordan den skolefaglige (kognitive) læringsdimensjonen samvirker med den sosiale og skaper gode eller dårlige betingelser for læring,
- Læring er en privat prosess, men stimuleres i sosiale sammenhenger, for eksempel når elever diskuterer og samarbeider, når det er godt samhold i klassen og en rimelig grad av arbeidsro i timene
- Det er behov for en bedre integrering av skolefaglig og sosial læring i skolen.





Skolens påvirkningsmuligheter

- Mens skoledebatten fokuserer på strukturelle forhold, viser skoleforskningen at de pedagogiske og sosiale prosessene er viktigst for elevenes læring,
- Skolens viktigste viktigste påvirkningsmuligheter knytter seg til skolens kjerneoppgaver og det som skjer i undervisningen:
 - Klasseromsklima:
 - Elevgruppens sammensetning
 - Sosiale læringsmuligheter
 - Intellektuelt stimulerende læringsmiljø
 - Trygt og ivaretakende (fravær av vold og mobbing),
 - Samhold (omsorg og ansvar for andre)
 - Lærernes bidrag.



De store debatt-temaene i skolen er mindre viktige for elevenes læringsframgang

- Strukturelle kjennetegn har marginal betydning for elevenes læringsutbytte og prestasjoner:
 - skole- og klassestørrelse,
 - elevgruppering etter prestasjoner,
 - aldersblandete klasser,
 - åpne eller tradisjonelle klasserom,
 - fritt skolevalg
 - gjensitting, sommerskole,
 - mer hjemmelekser.



Er lærernes fagkunnskaper overvurdert?

- Betydningen av læreres fagkunnskaper blir ofte framhevet som viktig for elevenes læringsutbytte og prestasjoner (Shulman, 1987), men det er lite forskning som støtter påstanden (Ahn & Choi, 2004),
- Det er vanskelig å finne evidens for at fagkunnskap er viktig, kanskje fordi de fleste lærere i utgangspunktet har tilstrekkelig kunnskap,
- En generell underliggende intellektuell kompetanse kan være viktigere,
- En kombinasjon av kunnskap, empati og verbale evner synes å være viktigere enn noen av komponentene enkeltvis.



Hvordan lærere påvirker elevenes prestasjoner

- Gjennom hvordan de samhandler med elevgruppen i undervisningen og behandler elevene individuelt,
- Men viktigst: hva lærere kan få elever til å gjøre (innsats og engasjement),
- Undervisningskvalitet evaluert av elevene og læreres åpenhet i forhold til elevenes tilbakemeldinger,
- Dyktige lærere kan kompensere for dårlige skoler, - det betyr mer hvilken lærer elevene får enn hvilken skole de går på.



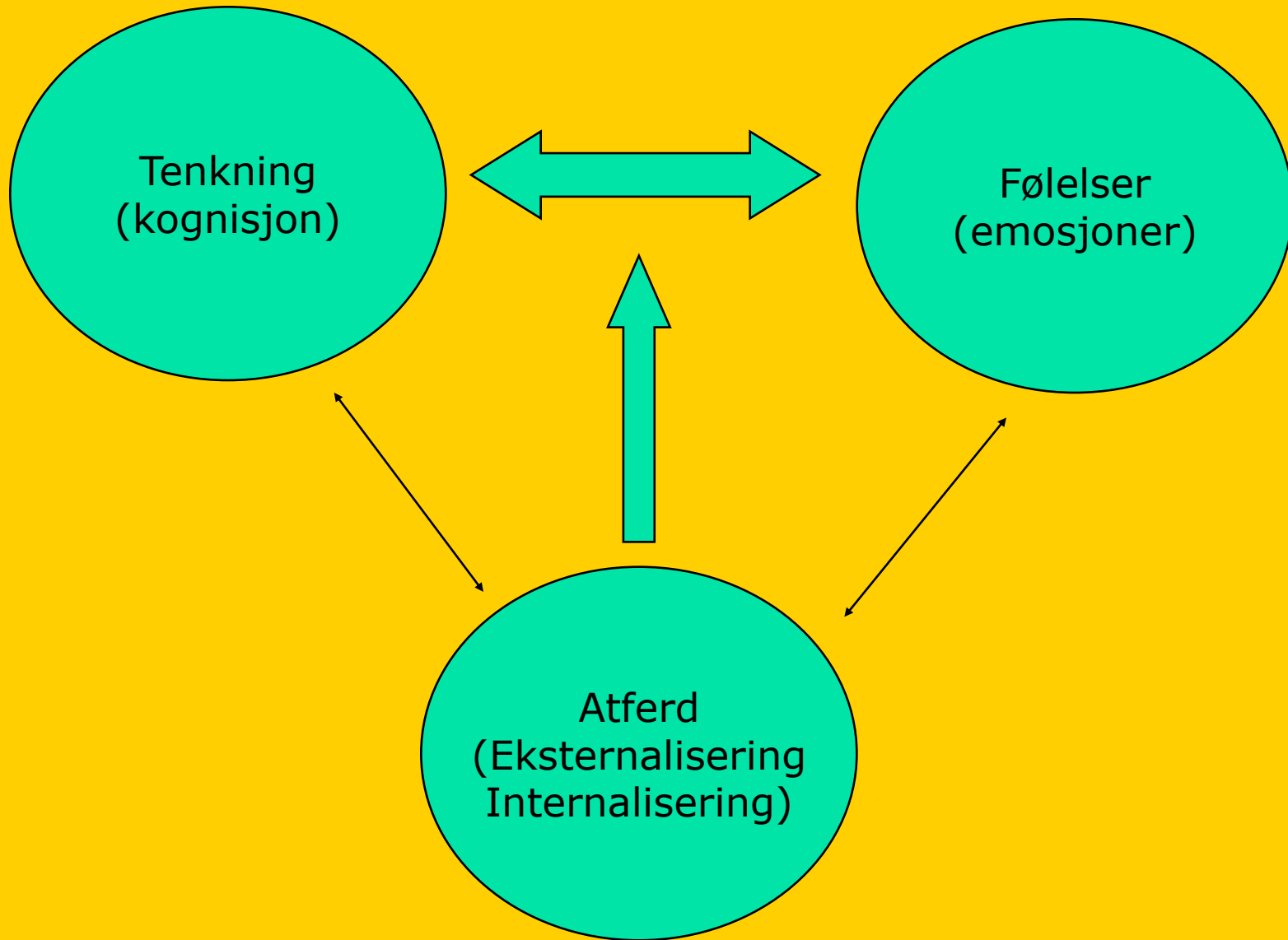
“Det er mange måter å være en god lærer på”

- Lærerdyktighetsforskningen viser at det er mange måter å være en god lærer på:
 - Den dynamiske læreren
 - Den strukturerte og grundige læreren,
 - Den eksentriske læreren,
 - Den ubehjelpelige læreren.



Den gjensidige påvirkningen mellom psykisk helse og fungering i skolen

- Psykisk helse handler om hvordan psykologiske, emosjonelle, atferdsmessige eller sosiale problemer påvirker elevens daglige fungering i og utenfor skolen.
- Skolefaglige problemer som dårlige prestasjoner, lav motivasjon og arbeidsinnsats påvirker og påvirkes av problematferd som internalisering eller utagering.
- Emosjonelle problemer:
 - Internaliserte problemer kan dreie seg om tristhet, angst, skam, og skyldfølelse som elever retter mot seg selv.
 - Eksternaliserende problemer er negative følelser som sinne, frustrasjon og frykt som rettes mot andre.
- Vi trenger kunnskap om hvordan mental helse påvirker de skolefaglige prestasjonene hos noen elever, men ikke hos andre.





Emosjonelle vansker fører til skolefaglige problemer

- Negative følelser reduserer oppmerksomhet og motivasjon og gir grunnlag for å klandre seg selv eller andre.
- Negative emosjoner kan føre til selektiv oppmerksomhet og at elever oppfatter læringsmiljøet i overensstemmelse med disse.
- Angst synes i særlig grad å trekke oppmerksomheten vekk fra undervisningsoppgaver til andre forhold (frykt for å feile).
- Elever kan oppleve seg som inkompetente, de framstår som uinteresserte eller blir overdrevent opptatt av å beskytte seg selv.
- Sinte elever kan være selektivt oppmerksomme, tillegge andre fiendtlige intensjoner og være sensitive overfor provokasjoner fra andre.



Psykisk helse og læring i skolen

- Hvordan marginale, utfordrende eller krevende elever skal få et tilpasset og likeverdig opplæringstilbud i ordinære eller egne skoler.
- Det som er bra for noen eller mange elever er ikke alltid bra for andre
 - Autonomi, konkurranse og sosial sammenligning
- Elevenes atferd påvirkes av hvordan de tenker om seg selv, om faget, læring, skole, lærere og medelever
 - Attribusjon
 - Informasjonsbearbeiding
- Emosjonelle reaksjoner styrer både tenkning og atferd
 - Frykt, sinne, angst, skyldfølelse, sjalusi, frustrasjon, tristhet.
 - Selektiv oppmerksomhet og hukommelse.



Elevenes reaksjoner på motgang og konflikt

- Moving away (unngåelse og tilbaketrekking)
- Moving against (protestere, konfrontere, utagere)
- Moving towards (konformitet, tilpasse seg)
- Karn Horney



Problematferd i skolen

- Problematferd vil si at en eller flere elever bryter med lærerens, skolens eller elevenes normer for akseptabel klasseromsatferd,
- Alvorlig utagering forekommer oftere utenfor klasserommene enn inne i dem; i korridorer, garderober, kantine eller uteområder,
- Vanligere er det å komme for sent, skulke timer, ha glemt bøker eller utstyr, uoppmerksomhet, snakking, roping og verbal aggresjon,
- Det meste av problematferden er knyttet til oppmerksomhet, gruppekontroll og å få arbeidet gjort i timene.



“Bråkmakere gir ikke trøbbel”

Aftenposten, tirsdag 2. juni 2009

- “Problemelever senker ikke det faglige nivået i klassen, det er det det normalelevne som gjør; Klasser som har én eller flere atferdsvanskelige elever har like gode resultater som andre klasser, sier professor Edvin Bru ved SAF.”
- “Generell uro som produseres av vanlige elever hemmer læringen” (småsnakker, går rundt i klassen, kommer ikke i gang og forstyrrer)
- En av grunnene til at de vanskelige elevene ikke ødelegger for andre er trolig opplegg med ekstralærer og deling av klassen i enkeltfag,
- Det kan imidlertid være krevende for lærerne å ha atferdsvanskelige elever i klassen; de kan føre til at faglig dyktige lærere slutter.



Kontrollproblemet i skolen

Å holde orden eller disiplin i klassen er ikke blant de mest populære oppgavene blant lærere, og nye arbeidsformer har skapt nye kontrollproblemer:

- Støykontroll
- Bevegelseskontroll
- Oppmerksomhetskontroll
- Framdrifts- og tidskontroll
- Resultat- og kvalitetskontroll
- Konfliktkontroll



Gode skoler - også for vanskelige elever?

- Struktur i undervisning og læringsaktiviteter,
- Maksimal bruk av kollektive tiltak for å endre undervisning og læringsmiljø,
- Felles holdninger og regler som praktiseres konsekvent av alle skolens ansatte på alle skolens områder,
- Læreres kompetanse i undervisnings- og læringsledelse,
- En overvekt av positiv kommunikasjon og tilbakemelding til elever på prestasjoner og norm- & regelstyrt atferd,
- Tilsyn på alle skolens områder og konsekvent rapportering av negative hendelser,
- Styrke elevers sosiale læringsmuligheter og sosiale kompetanse,
- Holde flest mulig elever lengst mulig i ordinære klasser,
- Et funksjonelt og omfattende samarbeid med de foresatte og skolens støtteapparat.



De stille elevene

- Mange unge oppfatter ofte skolen som et psykisk helseproblem fordi de mener at lærerne mangler respekt for dem eller undergraver deres selvfølelse (Harden mfl., 2001),
- Elever som er ensomme, engstlige, isolerte og deprimerte, sier lite, virker sjenerte og liker ikke oppmerksomhet,
- De opplever en overveldende arbeidsmengde i skolen, prøve- og eksamenstress, prestasjonspress og bruker overdrevent mye tid på hjemmearbeid,
- De mangler ofte venner, har autoritetsskrek og mangler selvhevdelsesferdigheter.



Situasjoner som utløser stress og angst

- Sosiale situasjoner hvor elever får oppmerksomhet eller føler seg evaluert:
 - Spise sammen med andre – bestille mat ute
 - Muntlig framføring
 - Eksamen og prøver
- Ustrukturerte sosiale situasjoner som friminutt, eller når elevene er samlet rundt et bord,
- Situasjoner der de skal vise eller prestere noe (eksv. gym- og musikktimer),
- Ta initiativ til kontakt eller starte en samtale,
- Avvise urimelige forslag eller oppfordringer,
- Spørre læreren om hjelp eller om en forklaring.



Skolens bidrag til elevenes psykiske helse

- Skoler som tilbyr sosial ferdighetsopplæring og sosial støtte, samt bidrar til positiv selvoppfatning og mestringsstrategier,
- Gir rom for elevenes egne synspunkter og meninger,
- Reduserer arbeidsmengden for elever som føler seg presset,
- Hjelper elevene til å mestre presset og skolearbeidet bedre,
- Bedrer de sosiale relasjonene mellom elever og lærere.



Forhold som griper forstyrrende inn i læring eller praktisering av sosiale ferdigheter

- Atferdsproblem
 - Sosial unngåelse, tilbaketrekking eller isolasjon som er uforenlig med sosialt kompetent atferd,
- Emosjonelle problemer:
 - Sterke følelser som angst, usikkerhet, eller tristhet hemmer læring eller utføring av sosiale ferdigheter,
- Tankemessige (kognitive) problem:
 - Feiltolker situasjoner som potensielt farlige, forsøker å opptre perfekt for å unngå farene, men opplever at en ikke har tilstrekkelig kunnskap, ferdigheter eller utseende.



Hvordan kan lærerne hjelpe de stille elevene?

- Unngå å peke ut eller 'invadere' eleven,
- Unngå å eksponere eleven for bestemte situasjoner og temaer,
- Forberede eleven på aktiviteter og hendelser,
- Sosial ferdighetsopplæring i små grupper:
 - Kunne hevde egne meninger og rettigheter,
 - Kunne avvise urimelige forslag og tilbud,
 - Kontakt og samtaleferdigheter
- Medelever som støtte,
- Forhåndsavtaler om mestring av dårlige dager og akutt stress,
- Retrettmuligheter.



Positive lærer-elev relasjoner: støtte og kontroll

- Den viktigste årsaken til at elever ikke ønsker å gå på skolen eller misliker skolen er at de ikke liker lærerne sine,
- Positive lærer-elev relasjoner forutsetter at lærere kan lytte, at de kan vise empati, omtanke og formidle respekt for elevene,
- Lærerne viser at de bryr seg om at elevene lærer noe, at de kan se ting fra deres perspektiv og formidler dette til dem,
- Samtidig må lærere ha kontroll over støy, avbrytelser, og kunne sikre framdrift i læringsarbeidet samt kvaliteten i læringsproduktene.



Å etablere positive lærer-elev relasjoner

- Det er bedre å være respektert enn populær; elevene behandles "realt og rettferdig",
- Lærere som er tilgjengelige, vennlige og hjelpsomme
 - Blir kjent med alle elevene, lytter til hva de er opptatt av og lærer noe om deres interesser
 - Hilser på elevene og tiltaler dem med navn
 - Unngår elevenes "svake punkter"
 - Velger ut noen elever hver dag for korte samtaler,
- Er oppmerksomme på og kommentere viktige hendelser i elevenes liv eller anerkjenner hva de har oppnådd i og utenfor skolen som for eksempel i idrett og kulturelle aktiviteter.



Klasseledelse som ledelse av undervisning og læringsaktiviteter

- Retningslinjer for å holde kontroll og skape produktiv arbeidsro gjennom å fremme og skjerme læringsaktivitetene,
- Klasseledelse bygger på positive relasjoner og er uløselig knyttet til god undervisning,
- Selvhevdende og proaktive lærere som er pågående og utholdende for å skape et positivt læringsmiljø,
- Klasseledelse omfatter også en sosial læreplan som tar opp temaer som empati, prososial atferd, selvkontroll og selvhevdelse,
- Elevene bidrar også, avhengig av om de er i stand til å mestre oppgavene og villige til å samarbeide.



Klasseledelse som lærerkompetanse

- Dyktige klasseledere er oppmerksomme på hva som foregår i undervisningen, - de har overblikk over klassen, og 'leser' hva som foregår i hele rommet,
- De etablerer gruppefokus; fanger elevenes oppmerksomhet og etablerer et sterkt handlingsprogram i timene,
- De følger de med på elevenes atferd med hyppige og treffsikre positive tilbakemeldinger, oppdager problematferd før den sprer seg og gir reprimande til den som startet problematferden heller enn elever som ble involvert etterpå,
- De er observante; de holder aktiviteter i gang og unngår forsinkelser, venting, nøling og tilfeldige pauser.



Klasseledelse i praksis

- Klasseledelse handler om den vanskelige balansegangen mellom å vise omtanke og sette grenser, mellom å oppmuntre og stille krav, og mellom å strukturere og gi frihet, - kort sagt om vennlige men positivt selvhevdende lærere,
- Det handler om å gripe inn på rett måte til rett tid, eller kanskje ikke reagere i det hele tatt ("timing" og "matching"),
- Som oftest slik at elevene forstår at lærere reagerer og at reaksjonen er rimelig i forhold til det som har skjedd,
- Dyktige ledere er fleksible og kan endre tilnærming i takt med det som skjer i undervisningen.



Forskning om sammenhengen mellom klasseledelse og skoleprestasjoner

- Klasserom med god ledelse er forbundet med gode prestasjoner (Marzano, 2000; Hattie, 2009),
- Effektiv bruk av ros og sosial bekreftelse av ønsket atferd i klassen,
- Tydelige forventninger og klare regler som forhandles med elevene,
- Korte og klare beskjeder,
 - reprimander,
 - påminnelser og avledning
 - forberede situasjonsskifter
- Moderate, men konsekvente reaksjoner på uønsket sosial atferd
- Direkte undervisning i positiv atferd og sosiale ferdigheter.



Prinsippet om lavest effektive tiltaksnivå

- Det didaktiske nivået
 - Planlagt og strukturert formidling – direkte undervisning
 - Planlagte og strukturerte læringsaktiviteter – pedagogisk struktur
 - Gruppefokus og god framdrift i timene,
- Det forebyggende og proaktive nivået
 - Regler og rutiner
 - Overblikk og 'leser' klassen,
 - Organiserer aktivitetsskifter og overganger,
 - Non-verbal korrigerer,
- Det atferdskorrigerende nivået
 - Positive og negative konsekvenser,
 - Problemløsning og konfliktmestring,
 - Grensesetting.



Innredning og plassering

- Fysisk tilrettelegging av undervisningsrommet: fleksibelt og tilpasset undervisningens mål og aktiviteter
 - Unngå trengsel og køer
 - Læreren kan se og raskt nå fram til alle elever
 - Materiell og utstyr lett tilgjengelig
 - Alle elevene kan se hva som foregår i undervisningen
- Varier sittemønsteret (rekker, hesteko, grupper), avhengig av hva slags undervisning eller læringsaktiviteter som pågår, og slik at alle får kontakt med hverandre gjennom året,
- Romforhold og innredning har liten betydning for elevenes prestasjoner, men påvirker holdninger og atferd.



Planlagte og strukturerte læringsaktiviteter

- Pedagogisk analyse; bryte ned oppgaver og aktiviteter i mindre trinn: "de små trinns metode"
- Alle elevene får noe å strekke seg etter på sitt mestringsnivå,
- Vise eller demonstrere heller enn å forklare, når det er mulig,
- Forklare det neste trinnet, og bare det,
- Lite "dødtid" eller venting når elever står fast eller ber om hjelp,
- Konsekvent produktkontroll og raske tilbakemeldinger.



Evaluering og elevinvolvering

- Be elevene regelmessig om å registrere sine egne prestasjoner i forhold til læringsmålene og anerkjenn merkbare framgang,
- Understrek regelmessig for elevene betydningen av arbeidsinnsats.
- Gi regelmessig tilbakemelding på elevenes hjemmearbeid,
- Bevisstgjør elevene på at det er normalt å gjøre feil og oppleve tilbakeslag i læringsprosessen (begynnervansker/læringsplatåer),
- Regelmessig evaluering av læringsmiljøet: "Hvordan går det?", "Hvordan har det vært?"



Klasseledelse og læringsmiljø

- Alle elever blir sett, opplever tilhørighet, verdsettes, får mestringsmuligheter, får anledning til å bidra og anerkjennes for det,
- Samtidig forutsettes det at timene har en rimelig grad av struktur,
 - Timene starter til tiden
 - Overgangene er korte,
 - Minimal venting og 'tomgang',
- Uønsket elevatferd korrigeres umiddelbart, målrettet og konstruktivt.



“Ta elevene på fersk gjerning når de gjør noe bra”

- Det er et behov for å øke strømmen av positive og oppmuntrende tilbakemeldinger i skolen,
- Ros og bekreftelse som pedagogikkens kraftigste virkemiddel
- Bekreftelsen bør følge umiddelbart, ofte og entusiastisk
- Individuelle og kollektive tilbakemeldinger.



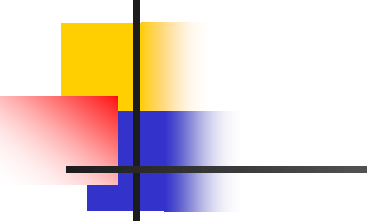
Hvordan bekreftelse kan fremme faglig og sosial læring

- Tilbakemeldingene bør være spontane, varierte og oppriktige; vær konkret og begrunn hvorfor du er fornøyd,
- Kollektive tilbakemeldinger om gruppens prestasjoner og innsats,
- Både kvalitet og frekvens er viktig,
- Bekrefter prestasjoner, innsats, hjelpsomhet og kreativitet,
- Bygger på kunnskap om hva eleven/klassen er i stand til,
- Virker i alle sammenhenger, men best når elever har et godt forhold til læreren og synes at arbeidet er interessant og viktig,
- Bekreftelse har først og fremst en informativ funksjon.



Regler: Sosial trafikkregulering

- Regler og forventninger introduseres første dag; presise, praktiske regler som fremmer et godt læringsmiljø:
 - Komme tidsnok og være forberedt,
 - Formidler respekt for andres rett til å arbeide eller være i fred når de ønsker det,
 - Angir når en kan forlate plassen sin og rommet,
 - Regler for kommunikasjon i klassen: lytte når noen snakker, ikke avbryte og vente på tur
- Regler drøftes og forhandles med elevene,
- Reglene repeteres regelmessig,
- Regelbrudd påtales og regelstyrt atferd berømmes, systematisk
- Felles regler ved skolen: unngår upersonlige regelregimer med lange og detaljerte lister, negativt formulerte oppslag og rigid håndheving.



*Sosial kompetanse er barns
kapasitet til å integrere
tenkning, følelser og atferd
for å lykkes med sosiale
oppgaver og utvikle seg
positivt* (Weissberg & Greenberg, 1998)



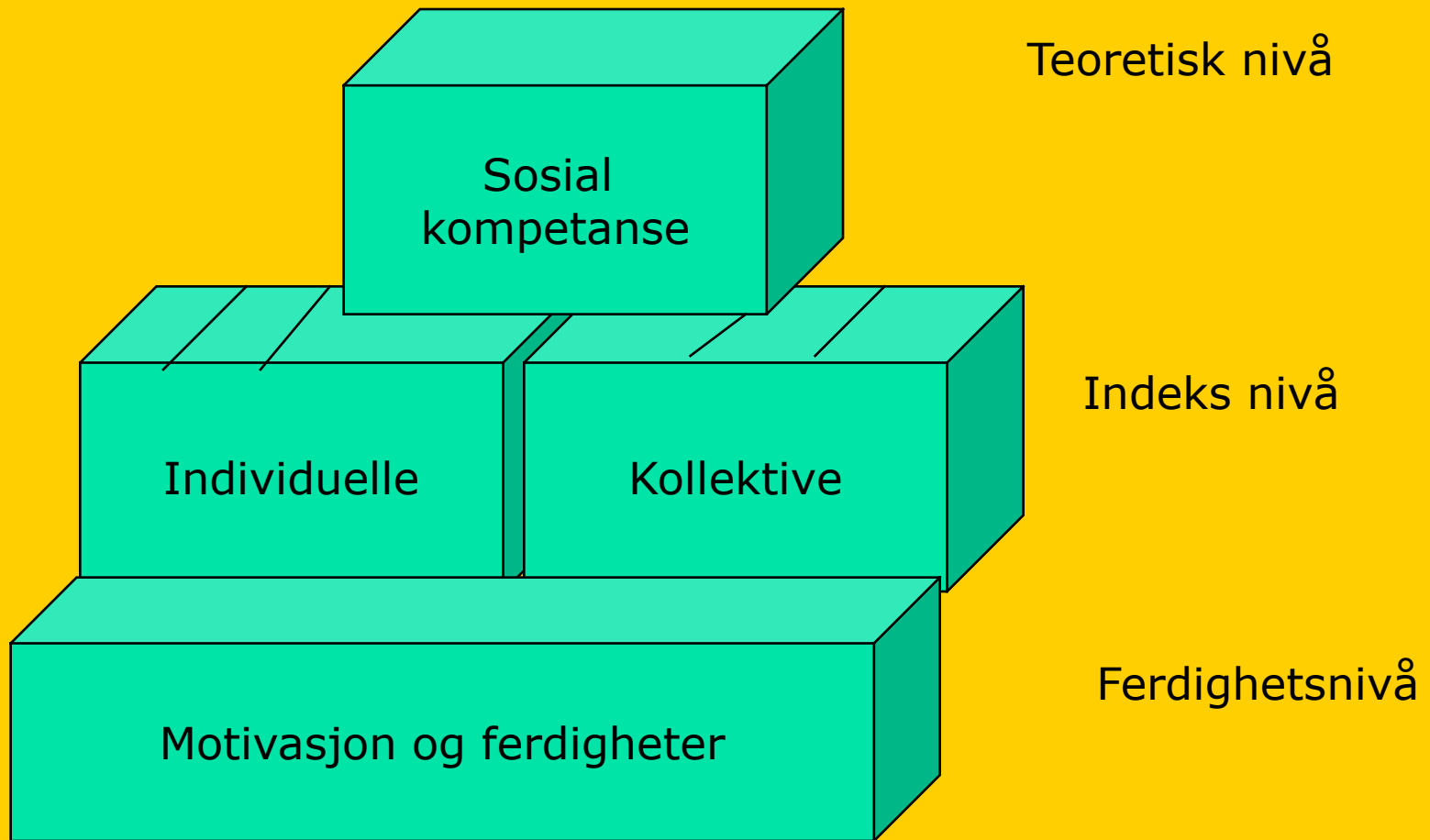
Forskning om den sosiale kompetansens betydning.

- Meta-analyser viser at sosial kompetanseopplæring har størst betydning for utvikling av vennskap og andre sosiale relasjoner, men påvirker også skoleprestasjoner positivt (jf. samarbeids-læring) (Hattie, 2009),
- Bidrar til sosial inkludering i skolen (Gresham, 1987),
- Vaksinasjonsfaktor mot psykososiale problemer (Garmezy, 1990),
- Forebygger sosial isolasjon og tilbaketrekking (Ogden, 1995)
- Forebygger utagerende atferd gjennom å peke på positive handlingsalternativer (Walker et al., 2004; Webster-Stratton & Hammond, 1997).



Gjensidig påvirkning mellom sosial og skolefaglig kompetanse

- Elever som mangler sosiale ferdigheter blir lett distraherete, mestrer dårlig sosiale situasjoner, kommer lett på kant med medelever og lærere og lærer mindre,
- Elever som sliter faglig blir lett frustrerte, forstyrrer undervisningen og avvises av medelever og lærere,
- Det er mulig at
 - ***selvregulering*** av oppmerksomhet, atferd og emosjoner,
 - ***sosial-kognitive ferdigheter*** (eksv. problemløsning, læringsstrategier og informasjonsbearbeiding) er underliggende forklaringsfaktorer for begge funksjonsområdene.





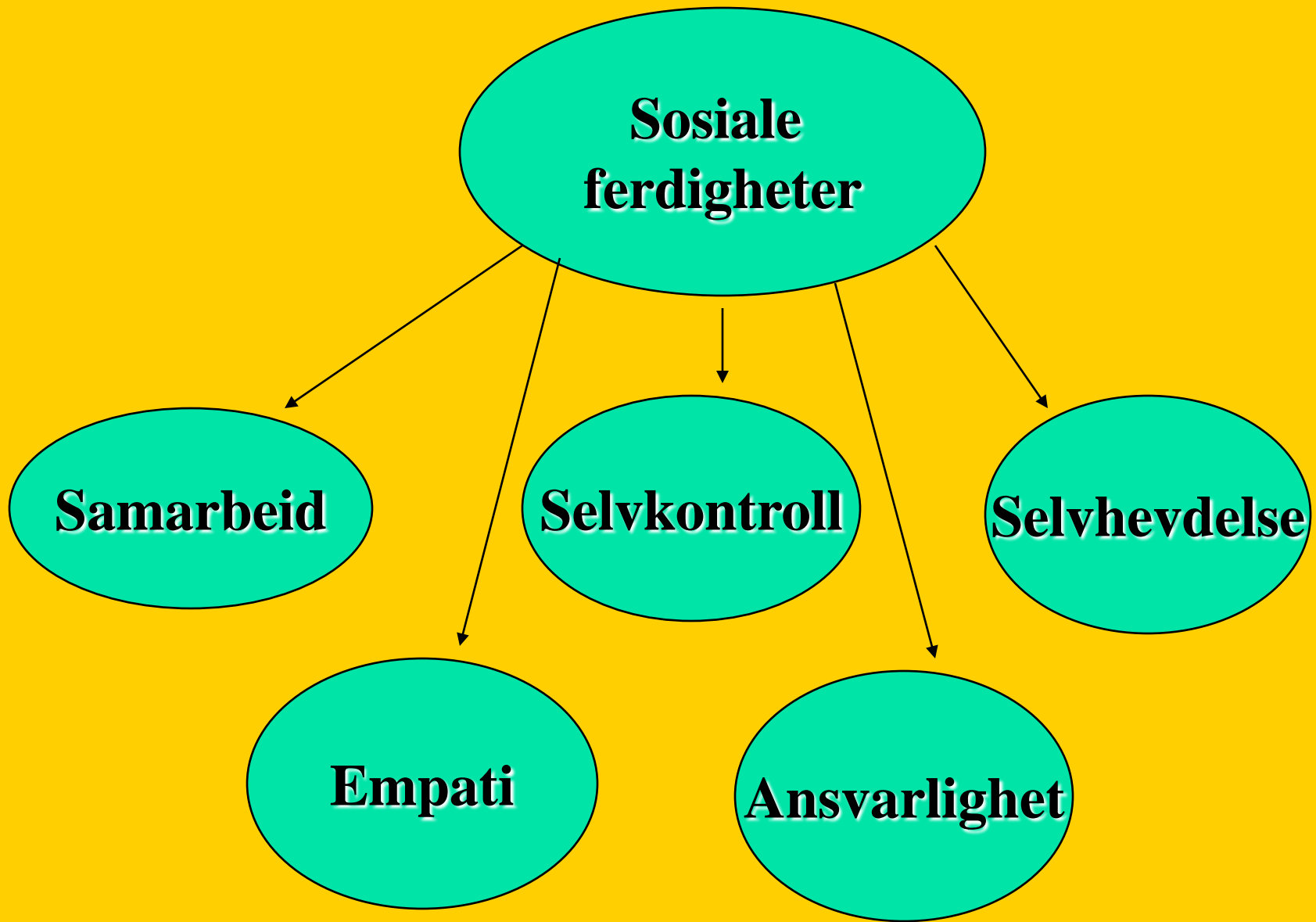
Sosial kompetanse

- Sosial kompetanse dreier seg om effektiv interaksjon; om å kunne nå personlige mål samtidig som en opprettholder positive relasjoner.
- Kompetanse er transaksjonell og et resultat av interaksjoner med andre heller enn en individuell egenskap.
- Sosial kompetanse er kontekstavhengig rettet mot bestemte situasjoner eller oppgaver.
- Sosial kompetanse handler om å kunne organisere atferden for å kunne nå mål heller enn om forhåndsdefinerte handlinger.



Sosiale ferdigheter

- Sosiale ferdigheter er atferd og motivasjon som legger grunnlag for sosialt kompetent atferd.
- Sosiale ferdigheter handler om å prioritere seg selv eller andre dvs. om balansen mellom individuelle (egne) og kollektive (andres) behov eller mellom autonomi og tilhørighet.
- Motivasjon omfatter mål og verdier som gir atferden retning.
- Noen av ferdighetene og motivasjonen er relevant i flere situasjoner og miljøer (for eksempel direkte konstruktiv kommunikasjon).
- Utviklingsforandringer er mest synlige på ferdighetsnivået og aldersendringer påvirker den relative betydningen av bestemte ferdigheter som kompetansen bygger på.



Sosiale ferdighetsdimensjoner



Sosiale ferdighetsdimensjoner

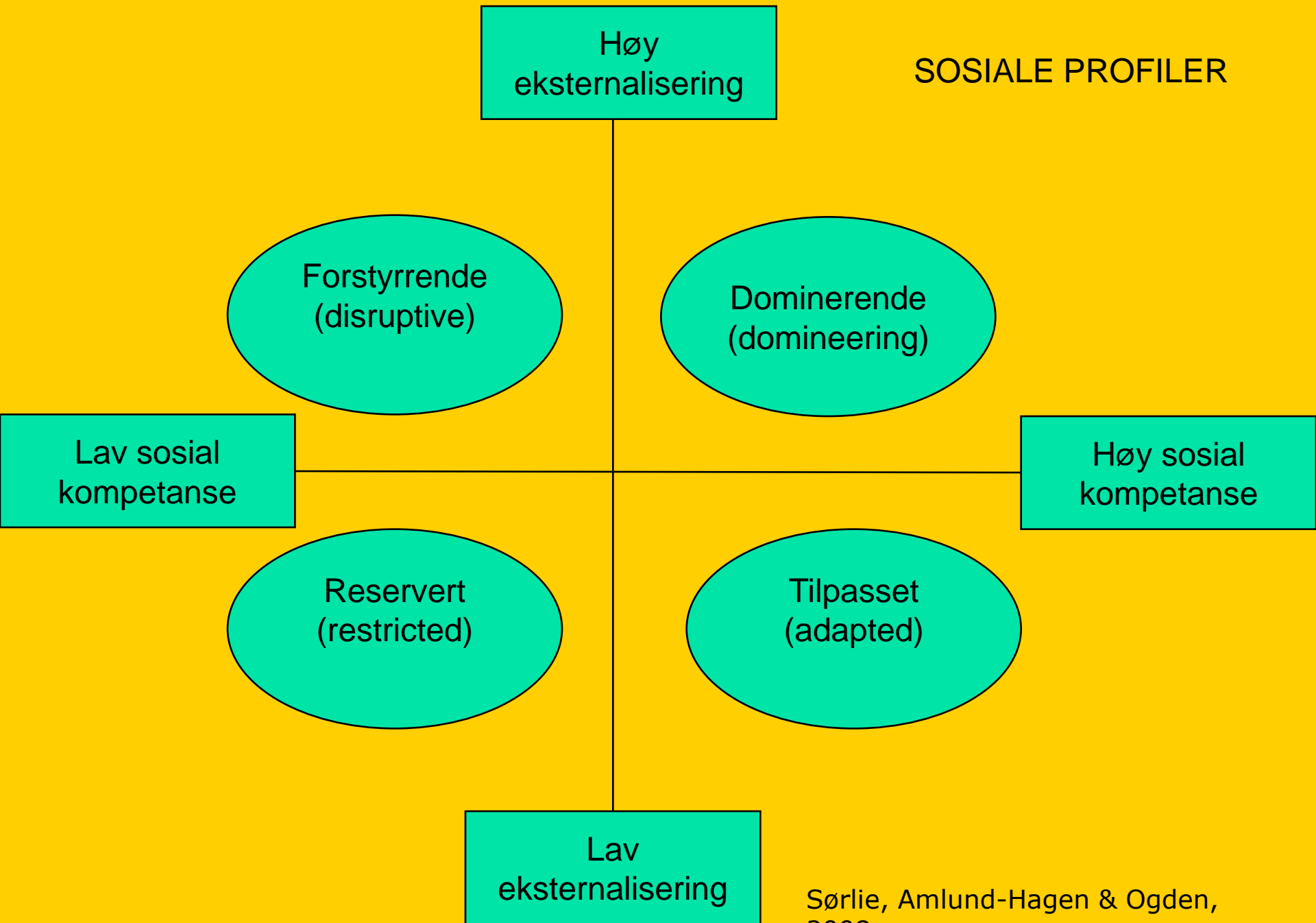
- SAMARBEID – dele med og hjelpe andre – følge regler og beskjeder
- EMPATI – se ting fra andres synsvinkel og forstå hvordan andre har det – vise omtanke og respekt for andres følelser og synspunkter – innlevelse og medfølelse
- SELVKONTROLL – bringe følelser under tankemessig kontroll
- ANSVARLIGHET – holde avtaler og forpliktelser – vise respekt for eiendeler og arbeid
- SELVHEVDELSE – hevde egne meninger og rettigheter på positive og tydelige måter – ta initiativ, presentere seg og motstå negativt gruppepress.



Sosial læring i skolen

- Skolen kan bidra til å forebygge og redusere omfanget av internalisert problematferd hos elever gjennom undervisning i sosiale ferdigheter og gjennom andre tiltak for å bedre sosiale relasjoner og styrke elevenes selvoppfatning og selvtillit,
- Sosial kompetanse går som en rød tråd gjennom virksomme forebyggende program med vekt på selvhevdelse og vennskapsferdigheter,
- Elever som er stille og tilbaketrukne har særlig utbytte av å lære om hvordan de skal regulere tanker, følelser og atferd,
- Lærere kan bidra bl.a. gjennom å redusere lekse- og arbeidspress samt lære elevene å mestre presset bedre.

SOSIALE PROFILER



Høy
eksternalisering

Forstyrrende
(disruptive)

Dominerende
(domineering)

Lav sosial
kompetanse

Høy sosial
kompetanse

Reservert
(restricted)

Tilpasset
(adapted)

Lav
eksternalisering



Utagerende atferd i skolen – utfordringer og tiltak

- Vold, aggressiv atferd og trusler er et lavfrekvent, men alvorlig problem; cirka 5% av elevene står for cirka 1/3 av de alvorlige hendelsene,
- Å gripe inn mot alvorlig utagering kan være forbundet med risiko for lærere, og derfor er det mange som vegrer seg,
- Skoler bør ha en plan for forebygging av utagering, med vekt på problematferdens positive motstykke (sosialt kompetent atferd), men også som volds- og mobbeforebyggende innsats,
- Men et sterkt fokus på vold og utagering i skolen kan også virke mot sin hensikt, skape økt oppmerksomhet og føre til økt forekomst og rapportering.



Tiltak som ikke anbefales

- Straffepedagogiske virkemidler for å stramme opp, skremme eller gi elevene en lærepenge,
- Ensidig negative tilbakemeldinger til foresatte,
- Ensidig satsing på kompensatorisk undervisning i skolefag,
- Trusler, formaninger og belæring,
- Samle vanskelige elever i samme gruppe, eller sosial isolering eller internering av elever over lengre tid.



Gruppetiltak for elever med atferdsvansker

- Tiltak som ut fra positive målsettinger samler utagerende elever kan vise seg å øke de problemene som de har som målsetting å forebygge eller redusere,
- Egne grupper, klasser eller skoler øker sannsynligheten for læring og bekreftelse av antisosial atferd og holdninger, negativ identitet, stemping og forventninger, samtidig som kontakten med prososiale jevnaldrende reduseres eller brytes helt,
- Risikoen øker hvis det er lite voksentsyn og hvis aktivitetene er ustrukturerte (eksv studietimer) - mest utsatt er elever med lav eller middels problembelastning,
- Plassering i gruppetiltak begrunnes ofte økonomisk og praktisk, men bør vurderes kritisk når det gjelder innhold, kvalitet og langsiktige konsekvenser for elevene.



Hvordan motvirke negative gruppepåvirkninger?

- Negative effekter kan motvirkes gjennom
 - å begrense tiden hvor elevene oppholder seg i homogene problemgrupper,
 - utvidet kontakt og samarbeid med foresatte,
 - økt voksentetthet og kontroll av subkulturer,
 - strukturert aktivitetsprogram,
 - deltakelse i arbeidsliv og kulturelle eller sosiale aktiviteter,
 - delvis deltakelse i ordinær undervisning og arbeidstrening.



Mestring av utagerende atferd

- Utagering forekommer oftest i forhold til lærere elevene har tette kontaktforhold med og når lærere skal sette grenser,
- Kan forebygges gjennom planlegging av miljø, aktiviteter og samhandling (eksv. økt tilsyn, lærerbytte),
- Kommunikasjon som forebygger og reduserer aggresjon:
 - "å snakke ned elever",
 - private reprimander,
- Iverksette konsekvenser (tap av goder, skjerming, omplassering, retrettmuligheter).



Hvordan mestre utagerende atferd?

- Kontrolltiltak kan stoppe og begrense utagerende atferd på kort sikt, men langsiktig atferdsendring forutsetter positive virkemidler som gjør det lønnsomt og bekreftende å være prososial,
 - positiv støtte (eksv. kameratstøtte, mentor, "sjekk-inn-sjekk-ut")
 - Mestringsmuligheter (faglig, praktisk, kulturelt, sosialt)
 - Sosial inkludering og bekreftelse,
- Kontroll av egne reaksjoner i grensesettingssituasjoner,
 - motaggresjon og overreaksjon,
 - konfrontasjonstendenser,
 - represalier – overdreven bruk av makt,
 - konfliktvegring og unnvikelse,
 - avvisning og nedvurdering.



Klasseledelse som forebygger opptrapping av konflikter og utagerende atferd

- Undervisningsrommet egner seg dårlig for grensesetting eller umiddelbar håndtering av konflikter, - konflikter drøftes helst på tomannshånd,
- Unngå opptrappende reaksjoner som å heve stemmen, true eller snakke nedsettende,
- Hvis situasjonen likevel trappes opp: avslutt samtalen og gjenoppta på et senere tidspunkt.
- Konstruktive reaksjoner kommer raskt (proaktivt), er ofte korte, og inviterer ikke til ytterligere kommentarer fra eleven,
- Andre reaksjoner kan være å minne om regler, advarsler, bytte av plass eller omplassering, individuelle samtaler samt involvering av foresatte og andre i skolens støtteapparat.



Skoleomfattende normer

- Avklar de viktigste forventningene og reglene til elevene, og som alle lærere solidarisk vil formidle og håndheve;
 - "Dette bekrefter vi"
 - "Dette overser vi"
 - "Dette stopper vi"
- La elevene få vite at de er velkommen, at de hører til, forventes å bidra og at de vil bli anerkjent for det;
- Avklaring av hvilke negative og positive konsekvenser skolen bruker,
- Avklar hvilke problemer lærerne forventes å mestre i egen undervisning, og hvilke som er så alvorlige at de bør henvises videre.



Læring, kompetanse og psykisk helse oppsummert

- Hvordan lærere forholder seg i undervisningsrommet og kommuniserer med elevene samt skjerming av tiden til direkte elevkontakt,
- Proaktiv mestring av problematferd for å forebygge at den sprer seg eller trappes opp,
- Fremme regelstyrt atferd samt styrke og oppmuntre sosialt kompetent atferd,
- Formidle til elevene at læreren til enhver tid har overblikk og følger med i hva som skjer, samt reagerer årvåkent og umiddelbart på problemer som oppstår i undervisningen.