1. Hvem er vi, og hva vil vi?

Grimstad ungdomsskole
16.08.2018

Karen Ringereide
Odd Kenneth Hillesund

RVTS SØR

Up&Up

Vi tror livskraften i alle mennesker kan styrkes, uansett.

VARE-VERDIER

RVTS

mot

ydmykhet

anerkjennelse

Fordi et menneske bærer i seg både sår og styrker.
Fordi nytt lys over gamle hendelser og mørke rom, gir nye muligheter.
Vi belyser krenkelsens psykologi og verdighetens kraft.

berøre

Fordi følelser er døren til forståelse.
Uten følelser, ingen endring.
Fordi vi tar i bruk nye sider av oss selv når vi berøres.

Fordi et menneske trenger et annet menneske ved siden av seg for å gå de centimeterne det kan være fra håpløshet til håp.

Signaturfilm

Målsetting RauseRelasjoner

«Målet med kompetansehevingsprogrammet er å gi god opplæring til lærere, skolens øvrige personale, skoleledelse og PPT i traumebevisst omsorg, for å bidra til at alle barn og unge, men særlig de som har opplevd belastende livsutfordringer, gis gode opplæringsvilkår.»

6 samlinger

1. samling: Hvem er vi, og hva vil vi

2. samling: Klassen, et komplekst samspill

3. samling: Gruppedynamitt

4. samling: Mer enn hjerne

5. samling: Tenk tanken

6. samling: Hvem er vi og hva vil vi

Hvem er vi , og hva vil vi?	Klassen, et komplekst samspill	Gruppedynamitt	Mer enn hjerne	Tenk tanken	Hvem er vi, og hva vil vi?
Presentasjon av programmet Anerkjennelse og styrke. Prosessarbeid	GUS presenterer hvordan dere har jobbet med dagens tema	GUS presenterer hvordan dere har jobbet med dagens tema	GUS presenterer hvordan dere har jobbet med dagens tema	GUS presenterer hvordan dere har jobbet med dagens tema	GUS presenterer hvordan dere har jobbet med dagens tema
LINK	Vi jobber med dagens tema Prosessarbeid	Vi jobber med dagens tema Prosessarbeid	Vi jobber med dagens tema Prosessarbeid	Vi jobber med dagens tema Prosessarbeid	Vi jobber med dagens tema Prosessarbeid
GUS velger tema til neste gang Forbereder presentasjon Gjennomfører en LINK-økt	GUS velger tema til neste gang Forbereder presentasjon Gjennomfører en LINK-økt	GUS velger tema til neste gang Forbereder presentasjon Gjennomfører en LINK-økt	GUS velger tema til neste gang Forbereder presentasjon Gjennomfører en LINK-økt	GUS velger tema til neste gang Forbereder presentasjon Gjennomfører en LINK-økt	GUS velger tema til neste gang Forbereder presentasjon Fortsetter forhåpentligvis med LINK

Hvordan jobber vi?

STANSBURY

7 av disse jentene er lite fornøyd med seg selv.

(Ung i Agder 2016)

4 av ungdommene sliter daglig med fysiske smerter

(Ung i Agder, 2016)

3 av ungdommene i klassen er mye plaget av depressive symptomer

(Ung i Agder, 2016)

5 av ungdommene sier de i løpet av siste uke har følt seg ensomme

(Ung i Agder 2016)

2 av disse ungdommene blir mobbet minst en gang i måneden

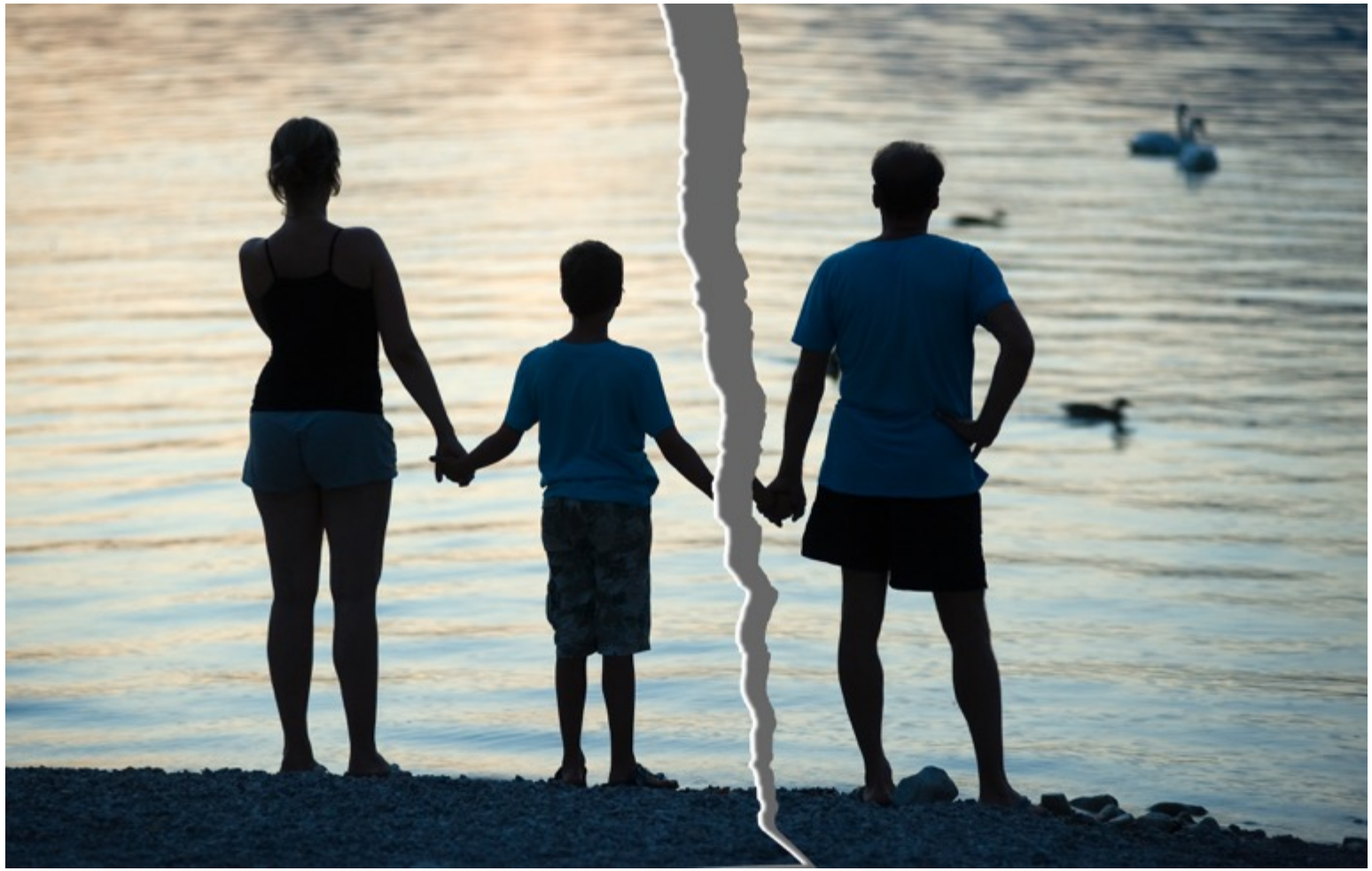
(Ungdata 2016, Agder)

5 av ungdommene vil ha brukt hasj eller marihuana ved utgangen av vg3

(Ungdata 2016)

4 av ungdommene i denne klassen sier de har hatt uønskede seksuelle opplevelser

(Ung i Agder 2016)



7 ungdommer i denne klassen bor ikke sammen med begge foreldrene

(SSB)

1 av disse ungdommene vil før fylte 18 år ha blitt utsatt for alvorlig vold fra foreldre

(Myhre, Thoresen, Hjelmdal, 2015)

Husker dere Lise?

6 av disse ungdommene har forsøkt å skade seg selv

(Ung i Agder 2016)

3 av disse ungdommene i Lises klasse vil ha forsøkt å ta sitt eget liv innen utgangen av vg3

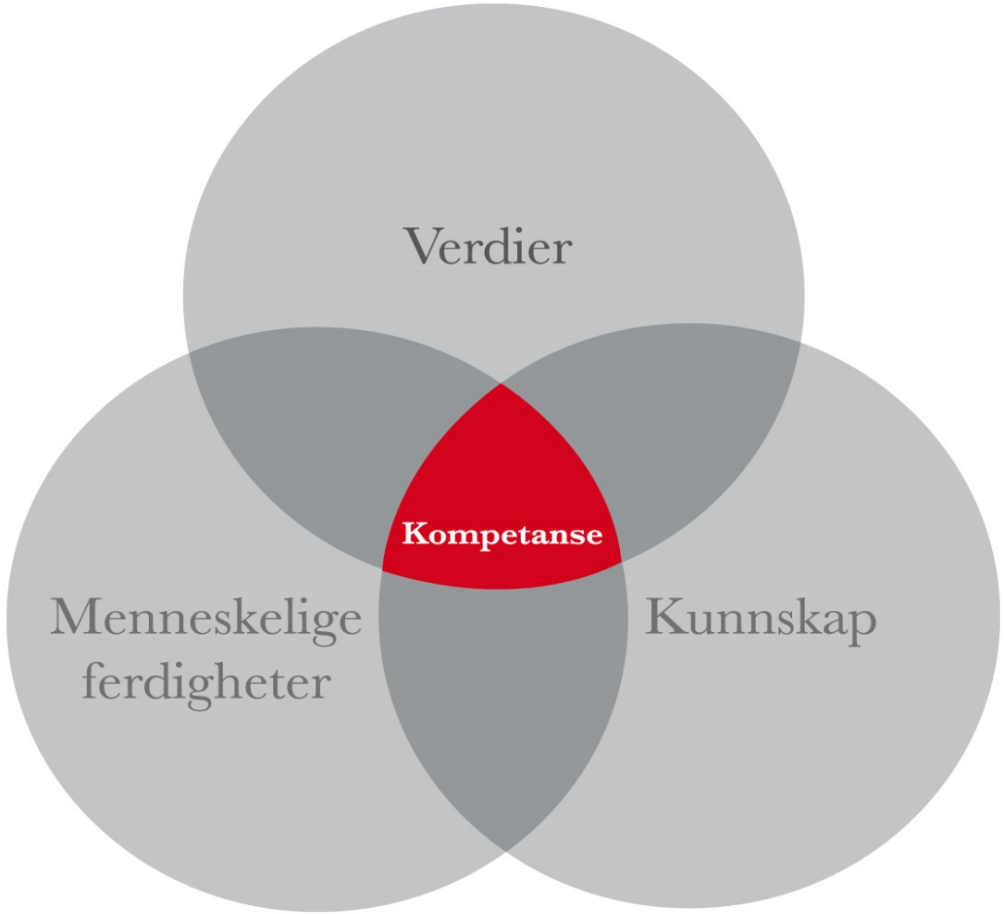
(Ung i Agder 2016)

Opplæringsloven

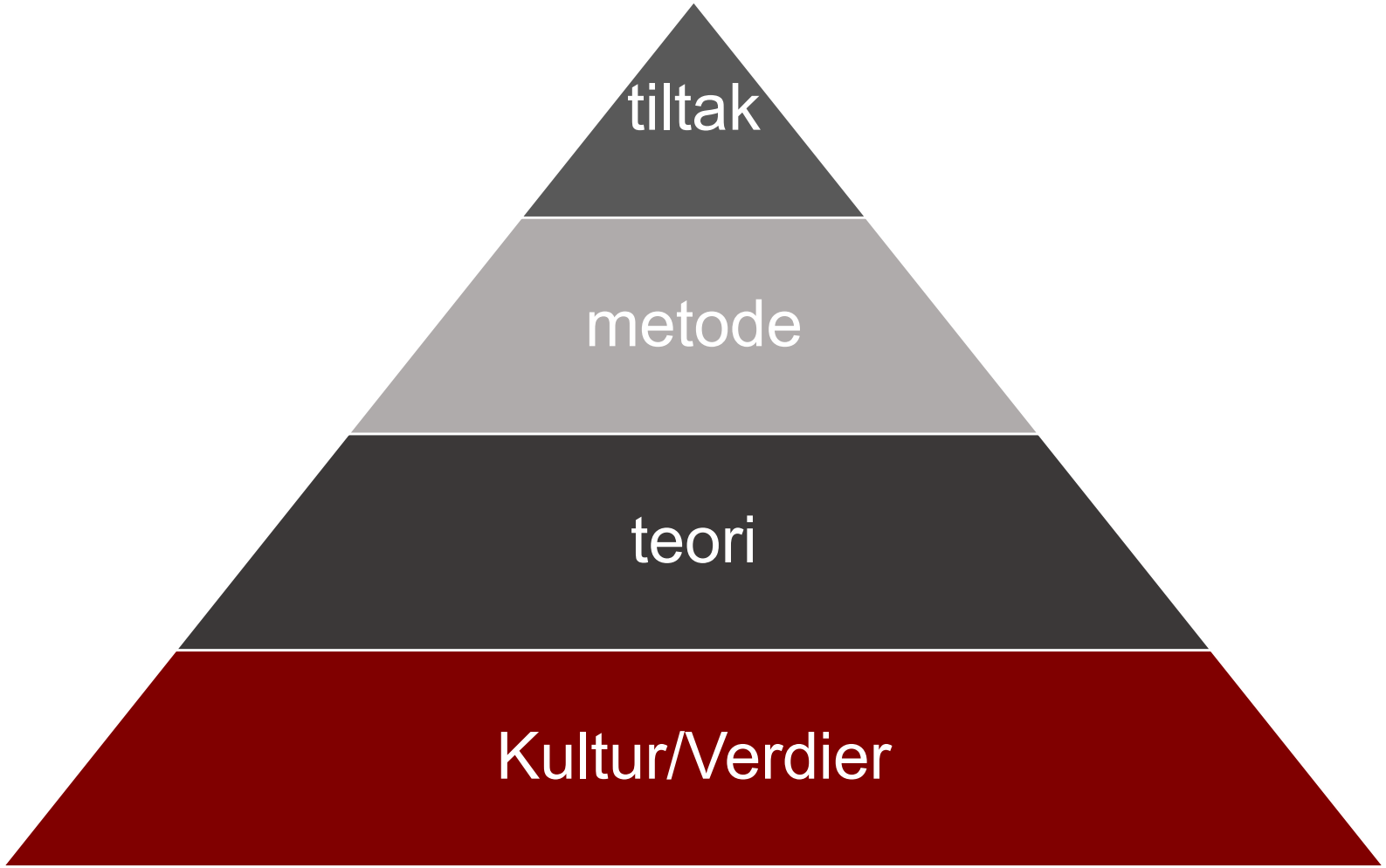
Elevane og lærlingane skal utvikle kunnskap, dugleik og holdningar for å kunne meistre liva sine og for å kunne delta i arbeid og fellesskap i samfunnet. Dei skal få utfalde skaparglede, engasjement og utforskartrong.

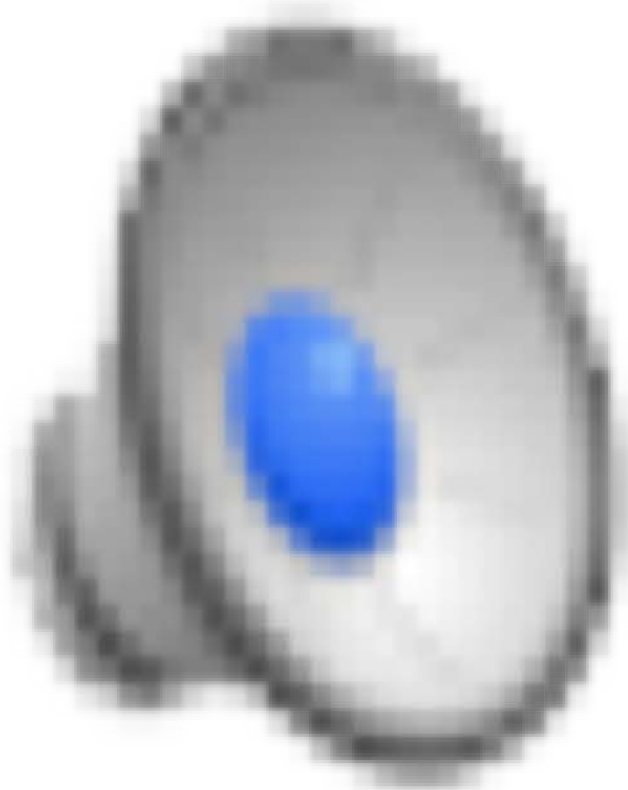
Kunnskapsløftet – Skolens overordnede oppgave

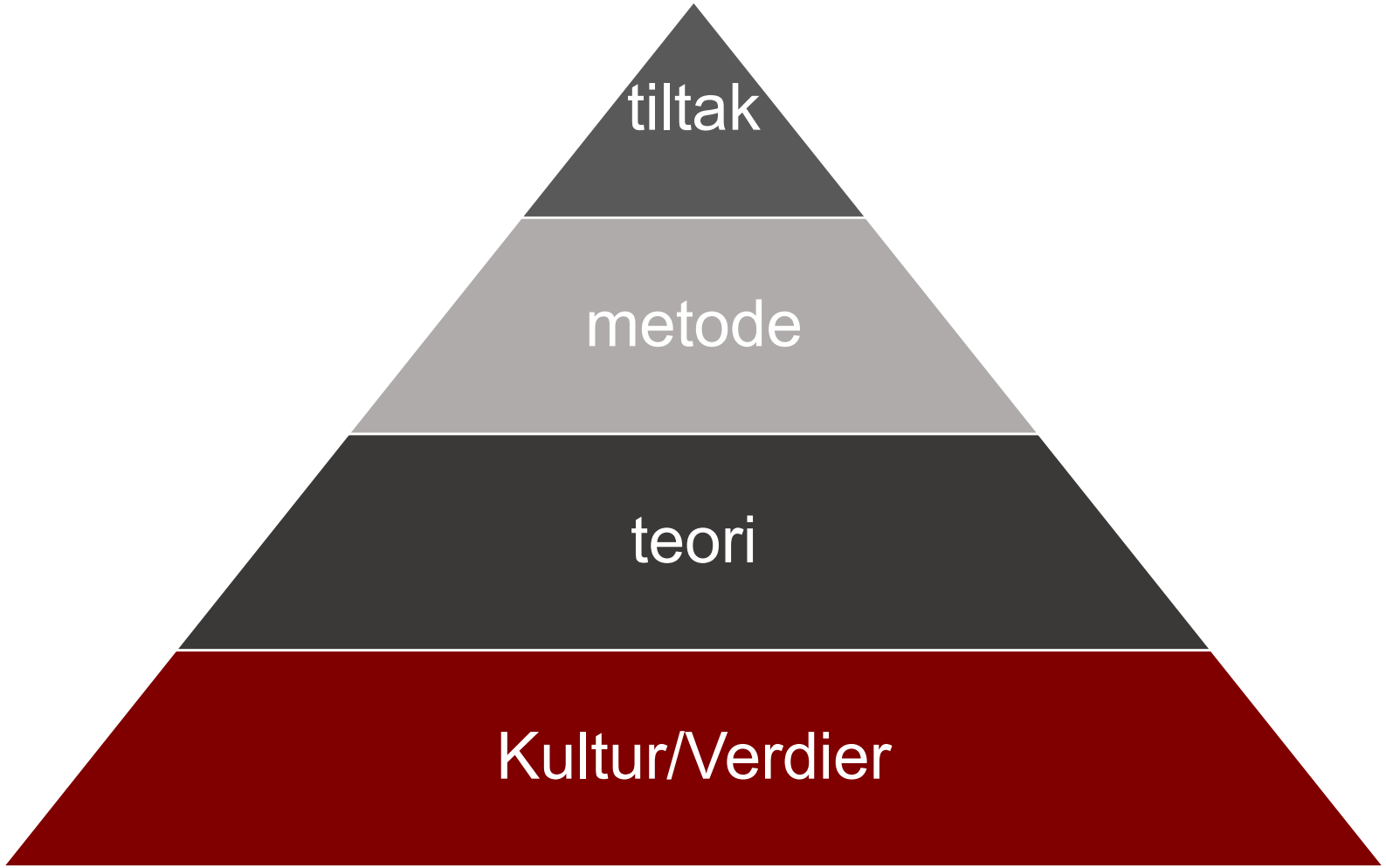
Målet med opplæringa er å ruste barn, unge og voksne til å møte livets oppgaver og meste utfordringer sammen med andre. Den skal gi hver elev kompetanse til å ta hånd om seg selv og sitt liv, og samtidig overskudd og vilje til å hjelpe andre



Falender C.


tiltak
metode
teori
Kultur/Verdier




tiltak
metode
teori
Kultur/Verdier

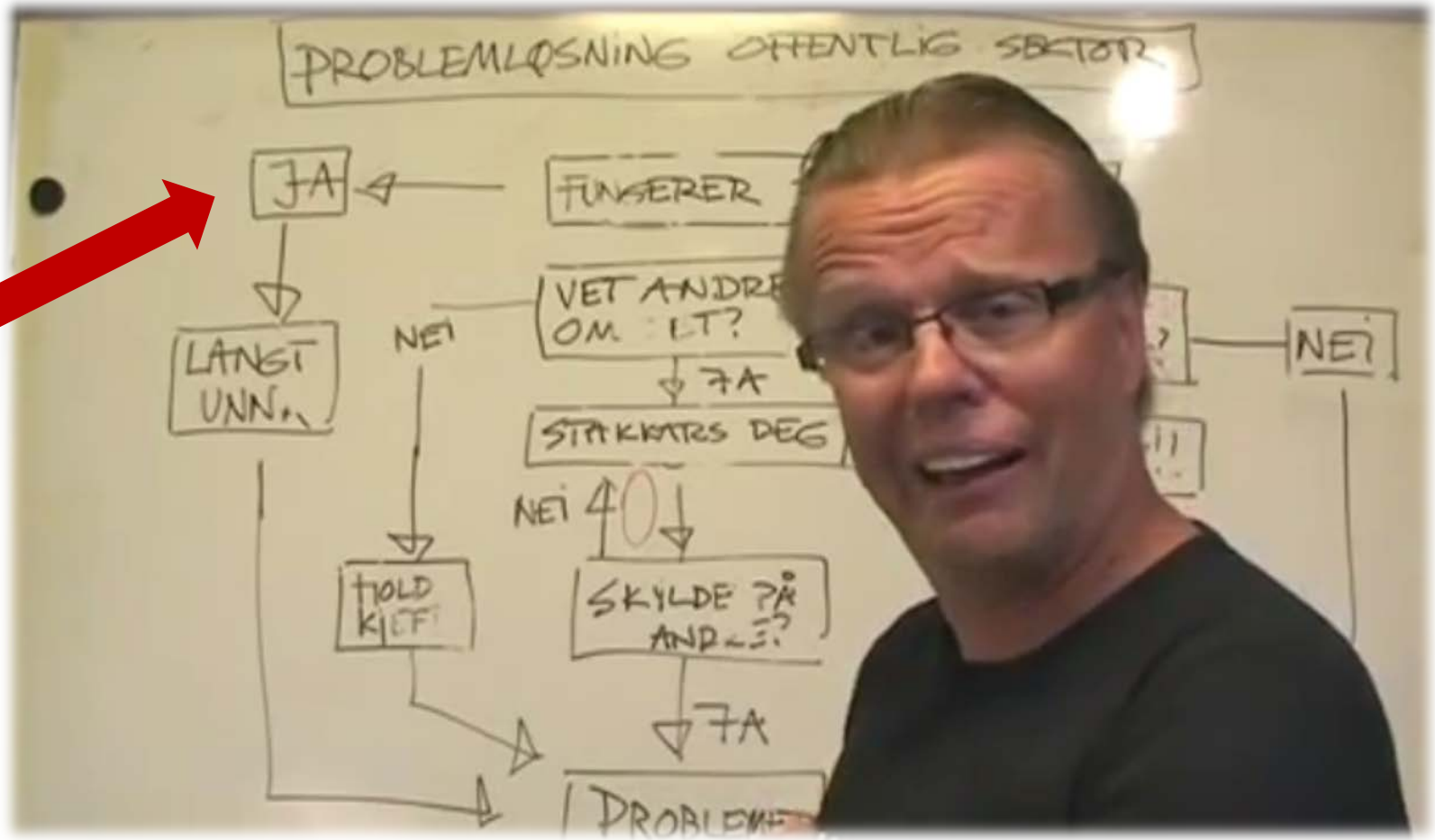
Hvem er vi, og hva vil vi?

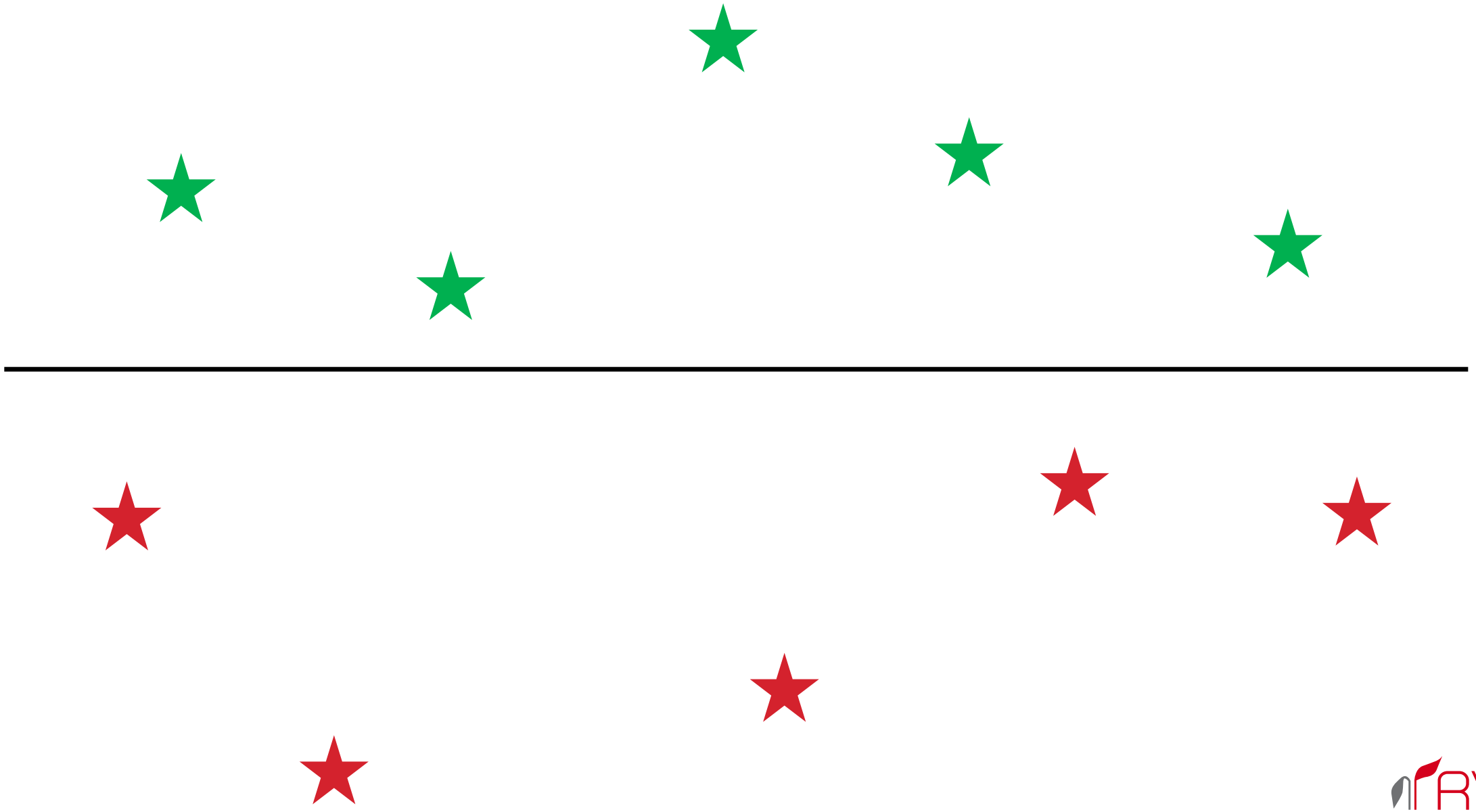
Problemløsning i offentlig sektor

Anerkjennende forskning på egen skolehverdag

RVTS SØR

Anerkjennende undersøkelse ...





Intervjuguide Grimstad Ungdomsskole

1. Hva setter du mest pris på i hverdagen din, ved dine kolleger og deg selv?

2. Tenk på en utfordrende skole- eller elevsituasjon fra tidligere skoleår der det dere gjorde fungerte bedre enn du og andre hadde forventet. Du, barnet/ungdommen, pårørende, samarbeidspartnere og dine kolleger fikk til et godt samarbeid og god oppfølging av en elev. Alle de involverte var fornøyd, dere ga god hjelp og fikk selv energi.

Hva var det som skjedde?

Hva var det som gjorde at dette ble vellykket? Hva gjorde du (og de andre) for å få det til?

Hva kan andre lære av dette?

Hva skal til for at du kan få til mer av det samme?

3. Tenk deg at dere som skole ofte lykkes på denne måten. Dere er gjennomsyret av en kultur der alle er med på å gjøre hverandre gode, bruker egne og andres styrker, dere tar vare på hverandre, viser hverandre tillit og alle har positiv tro på det dere gjør.

Hvordan ser dette arbeidet ut?

Hvordan har dere klart å skape det?

Hva kan du gjøre allerede nå for å få til noe av dette?

RVTS Sør

Intervju

Gå sammen to og to

Intervju hverandre 15 minutter hver vei.

Intervjuer og informant, hold fokus på den andre
(Lytte og spørre, opptatt av den andres «nyhet»)

Forskningsintervju

Gå sammen i grupper på 4.

Del kort historiene ... (1 min på hver)

Hva har dere lært?

Hva ønsker dere skal prege arbeidet videre?

Bli enige om en eller to historier som dere vil jobbe videre med!

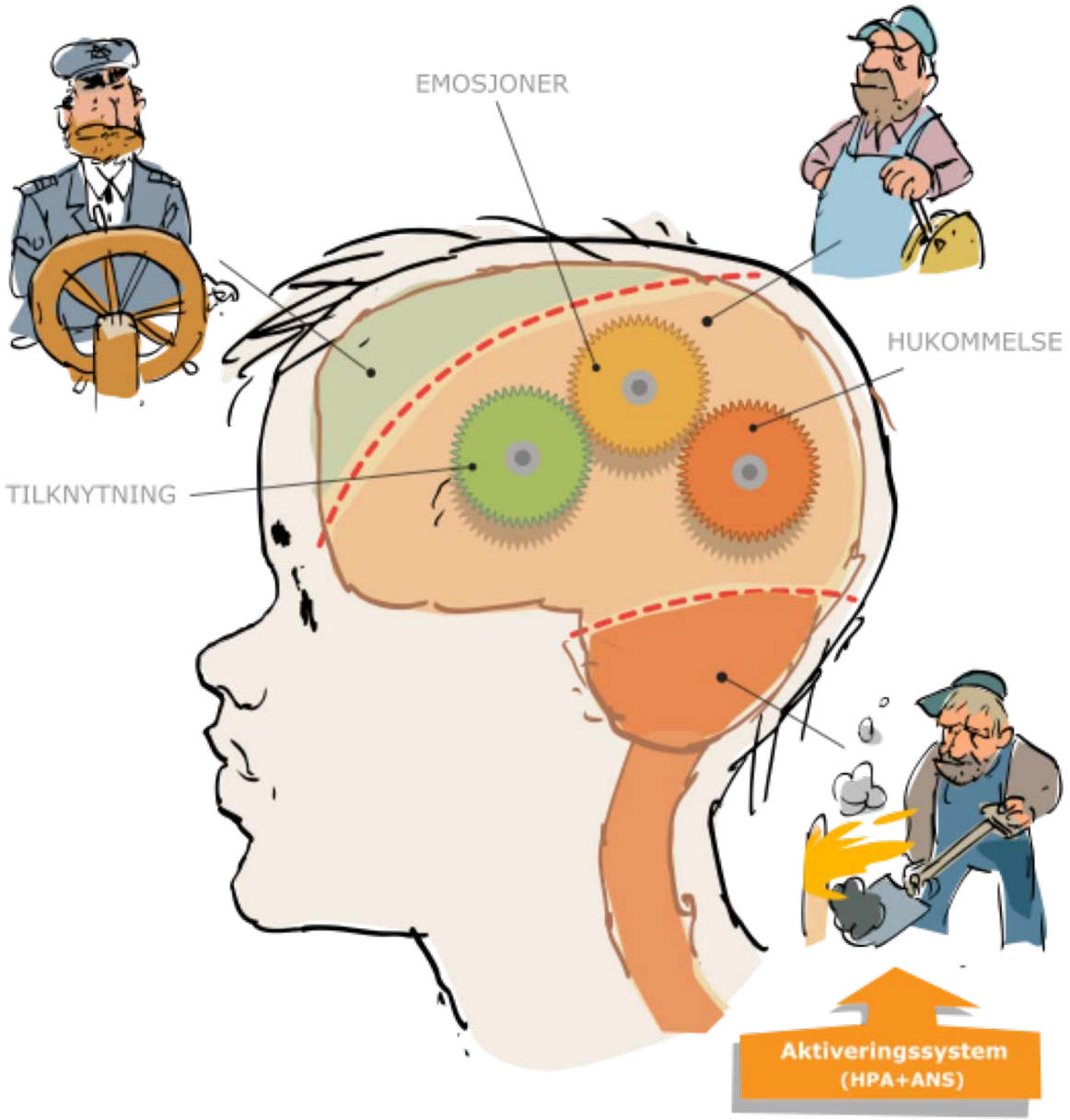
Forskningsintervju

Gå sammen i grupper på 8-10 personer.

Med bakgrunn i disse 8-10 forskningsintervjuene skal dere forberede en kort presentasjon (max 4 min) av hva dere har funnet til å være viktige faktorer for å lykkes i som lærere...

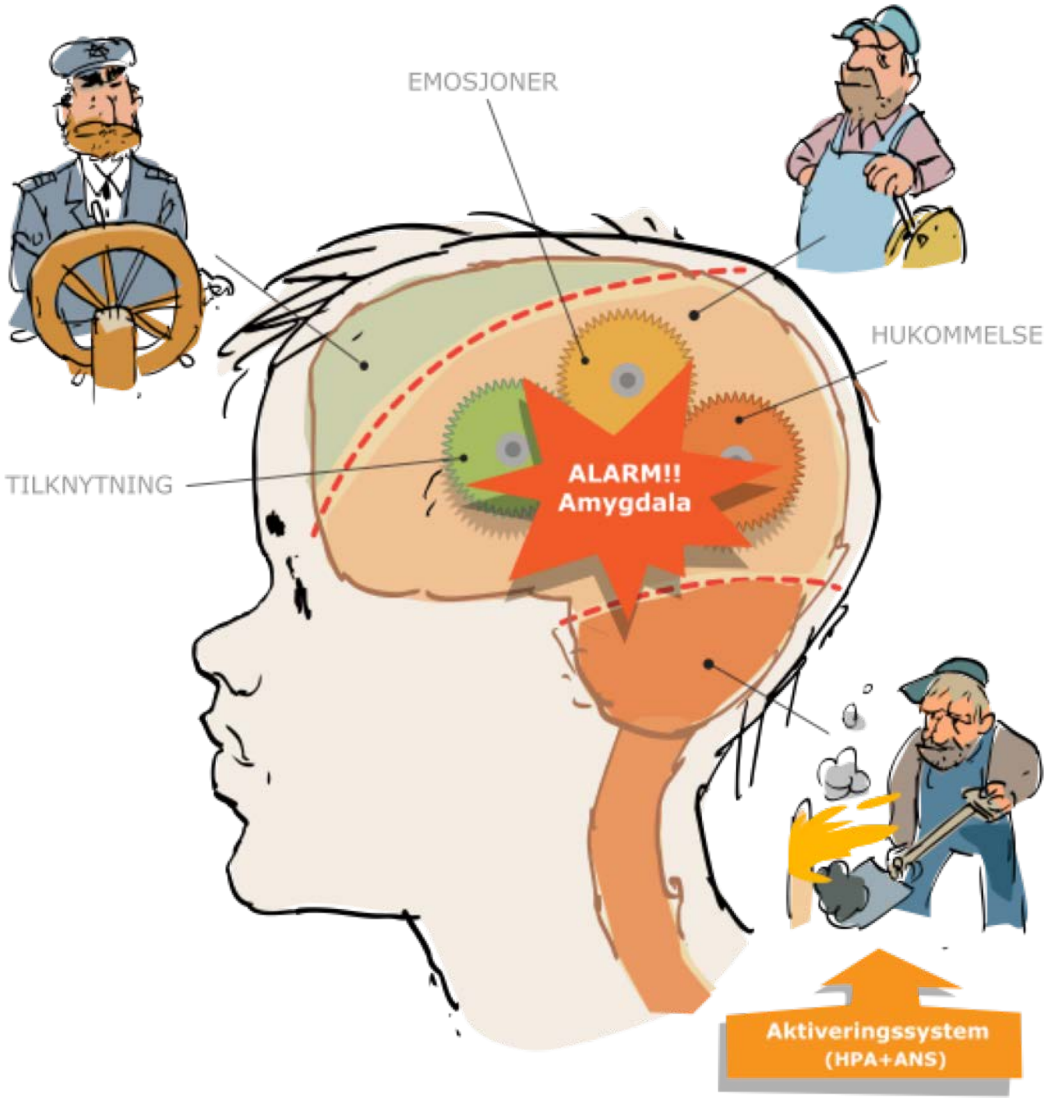
Vi oppfordrer til at presentasjonen er kreativ, inspirerende og viser hva dere har funnet og hva deres kolleger kan ta med seg videre.

Marius på fotballbanen



Heine Steinkopf, RVTS Sør

Stress-respons

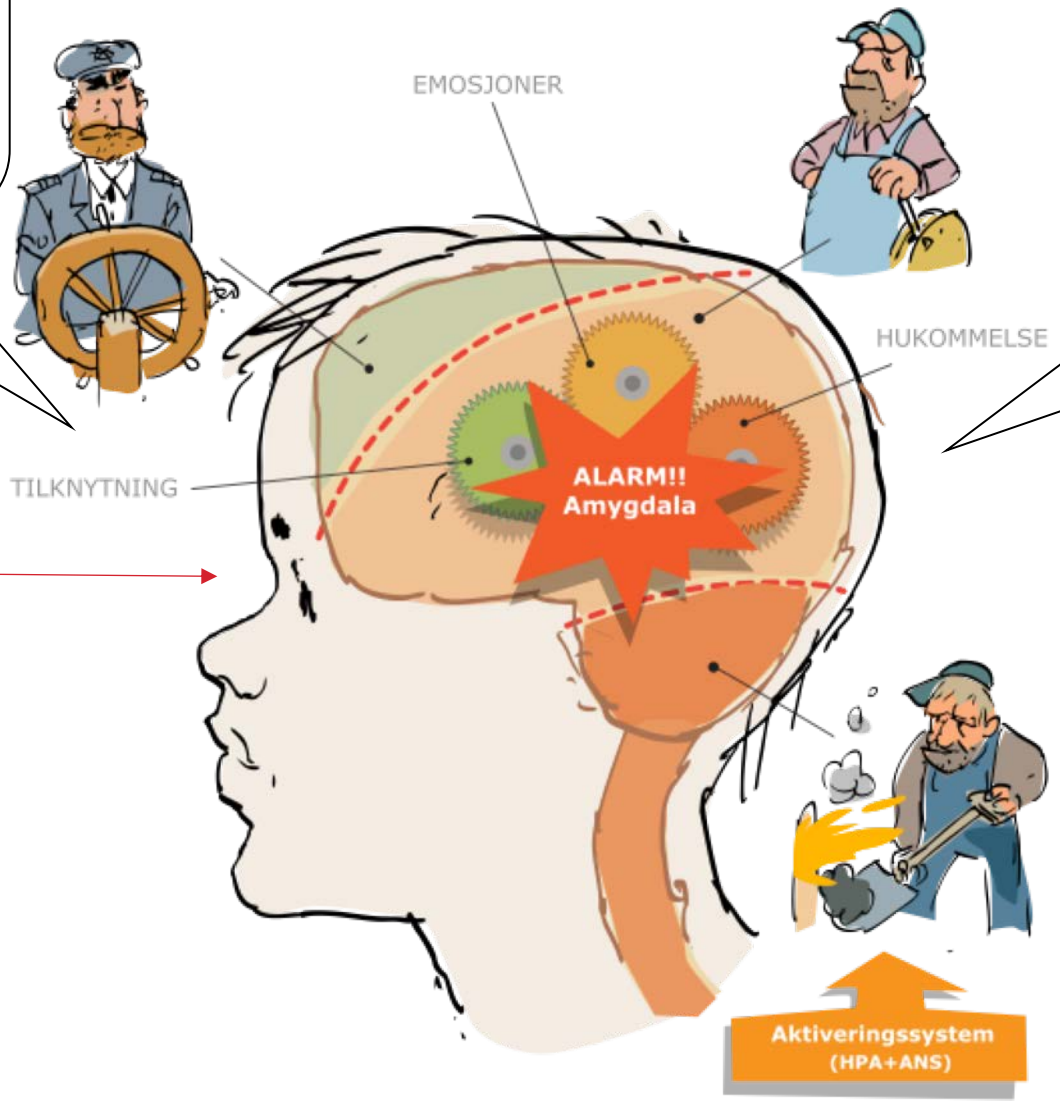


S

Stress-respons systemet

Hallo! Jeg sitter jo trygt her på forelesing. Det var visst bare ett litt sært pedagogisk virkemiddel!

Falsk alarm!

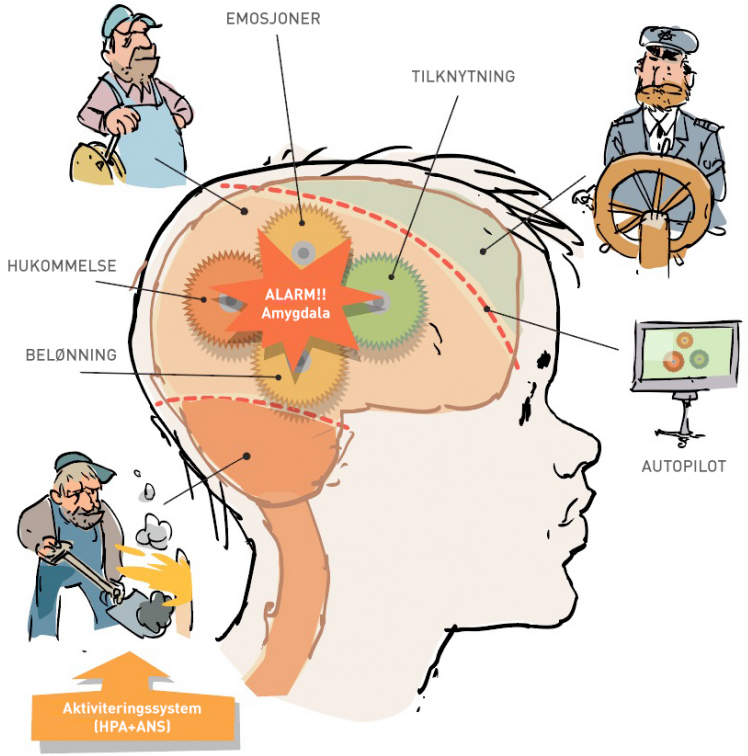


Trussel!

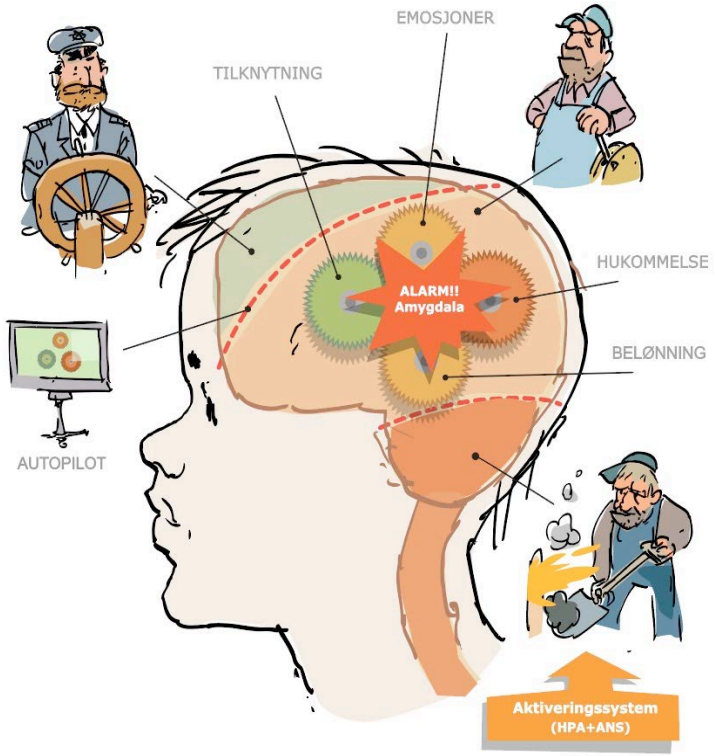
Erfaringer fra tidligere i livet tilsier at slanger ikke utgjør noen trussel så lenge de er på film

Heine Steinkopf, RVTS Sør

Jeg er metoden



Voksen



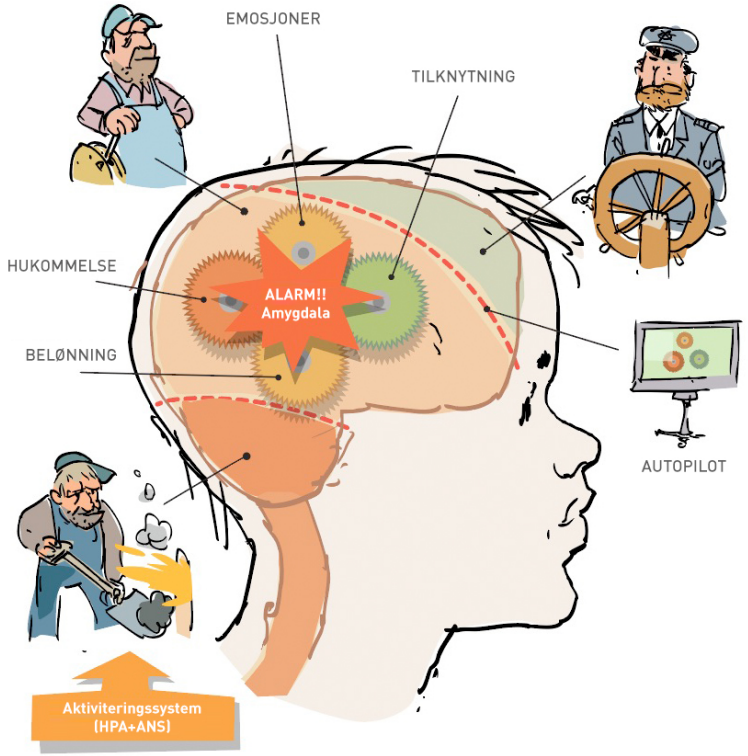
Elev

Vi ”ser” gjennom våre opplevelser (affekter…)

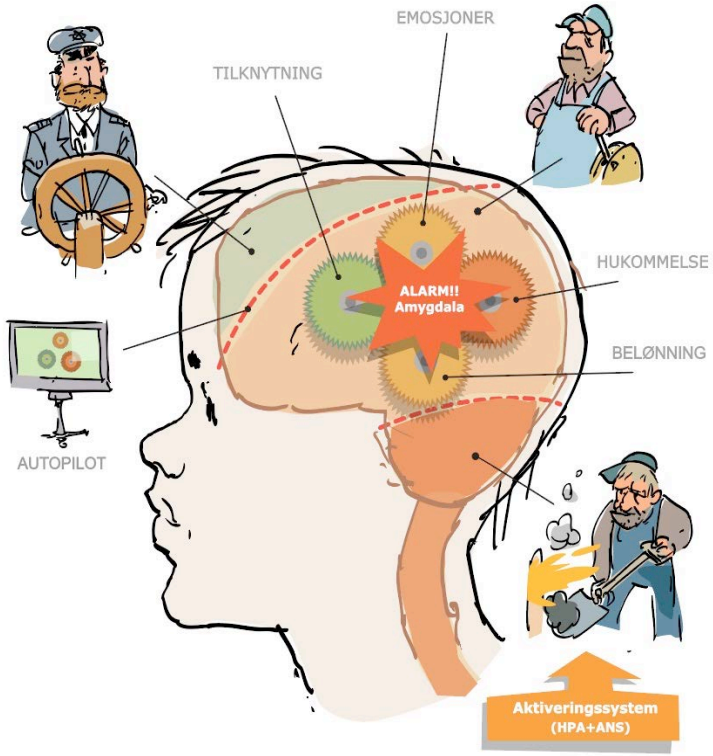
- Neuroception… (Porges)

- Speilnevroner

Følelser smitter



Voksen

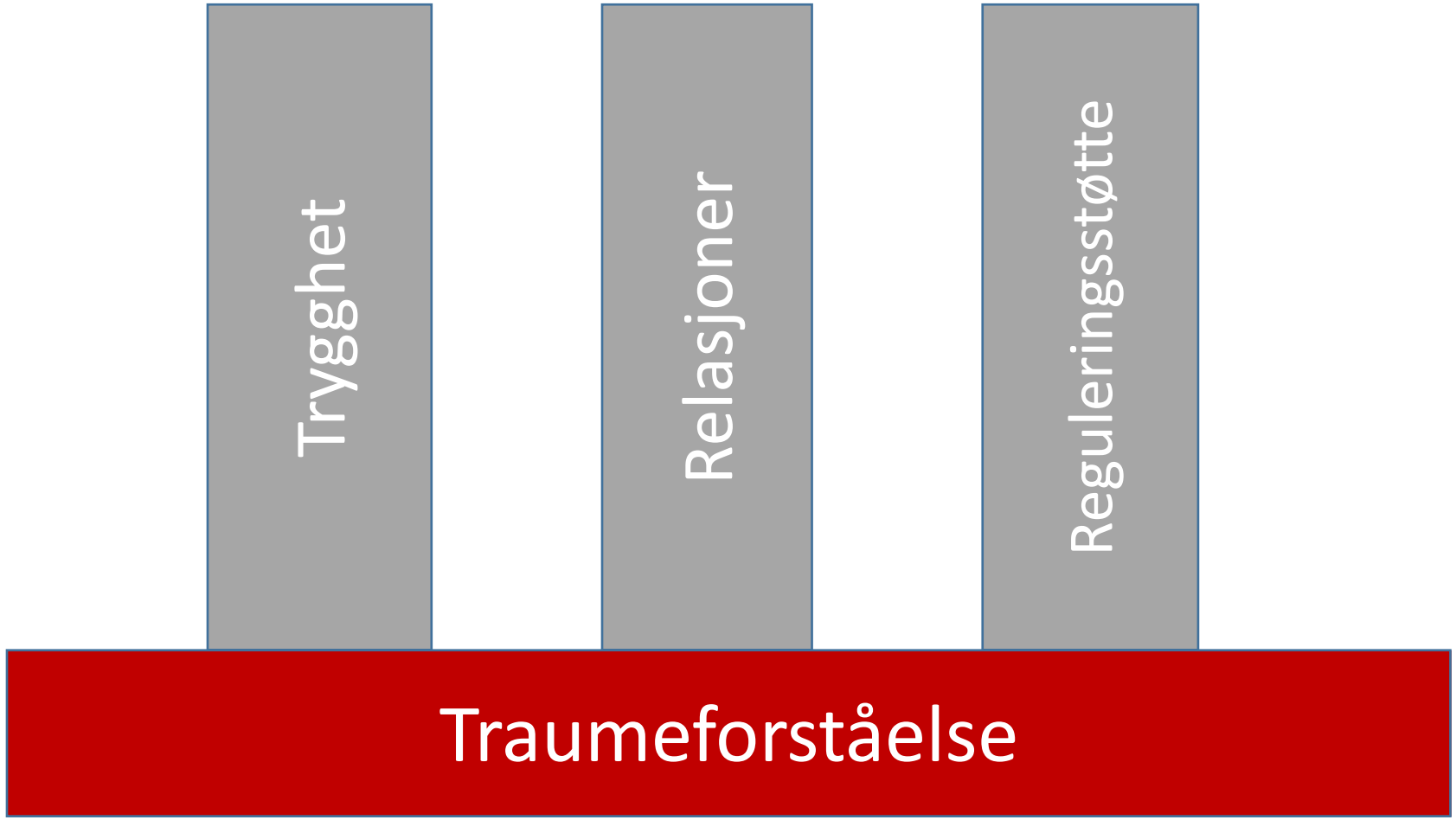


Voksen

Betydningen av å være sammen med noen, og at noen forstår meg er viktigere enn bearbeiding av traume

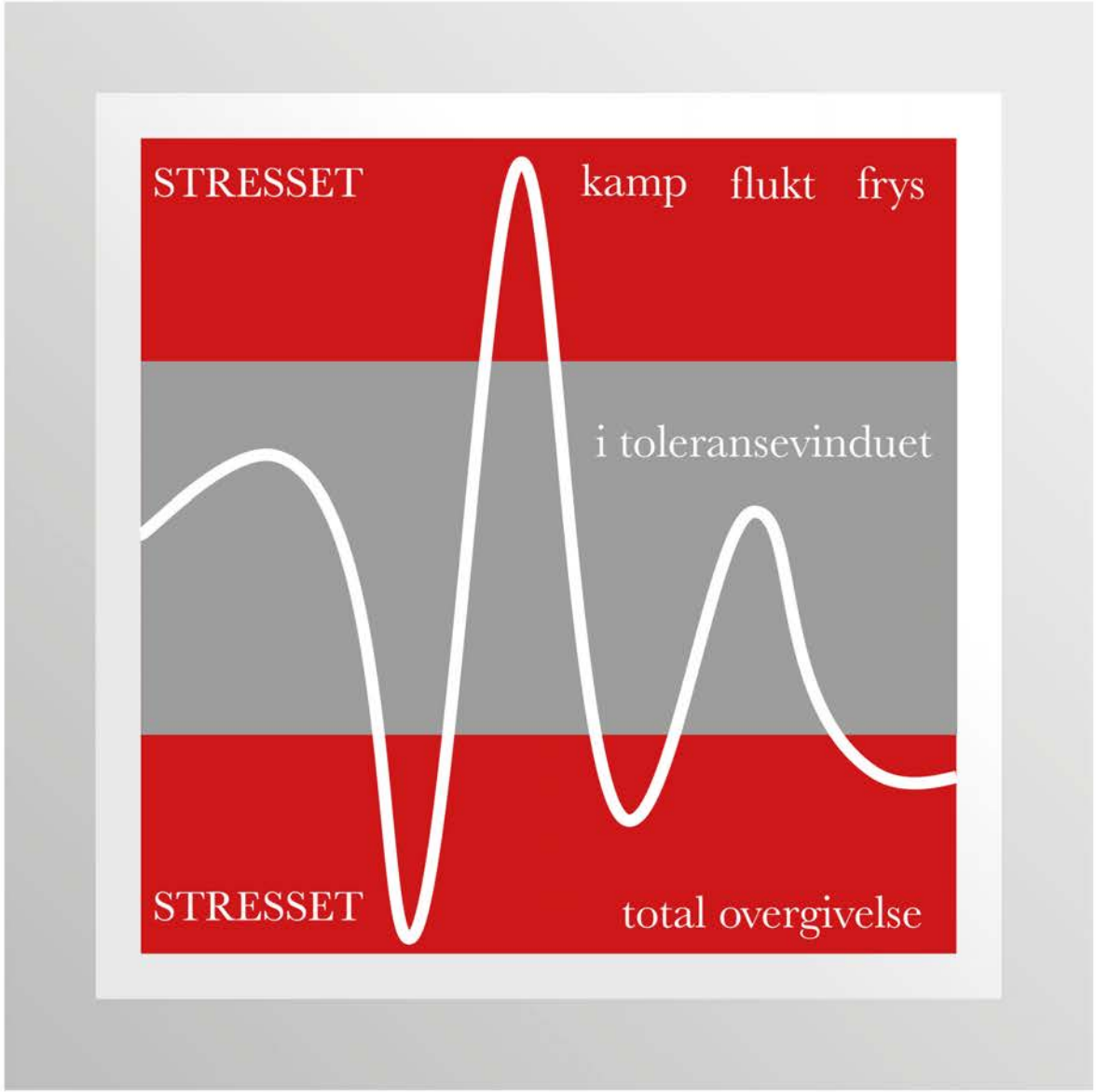
(Schweitzer, Melville et al. 2006)

Traumebevisst praksis



(Bath 2015)

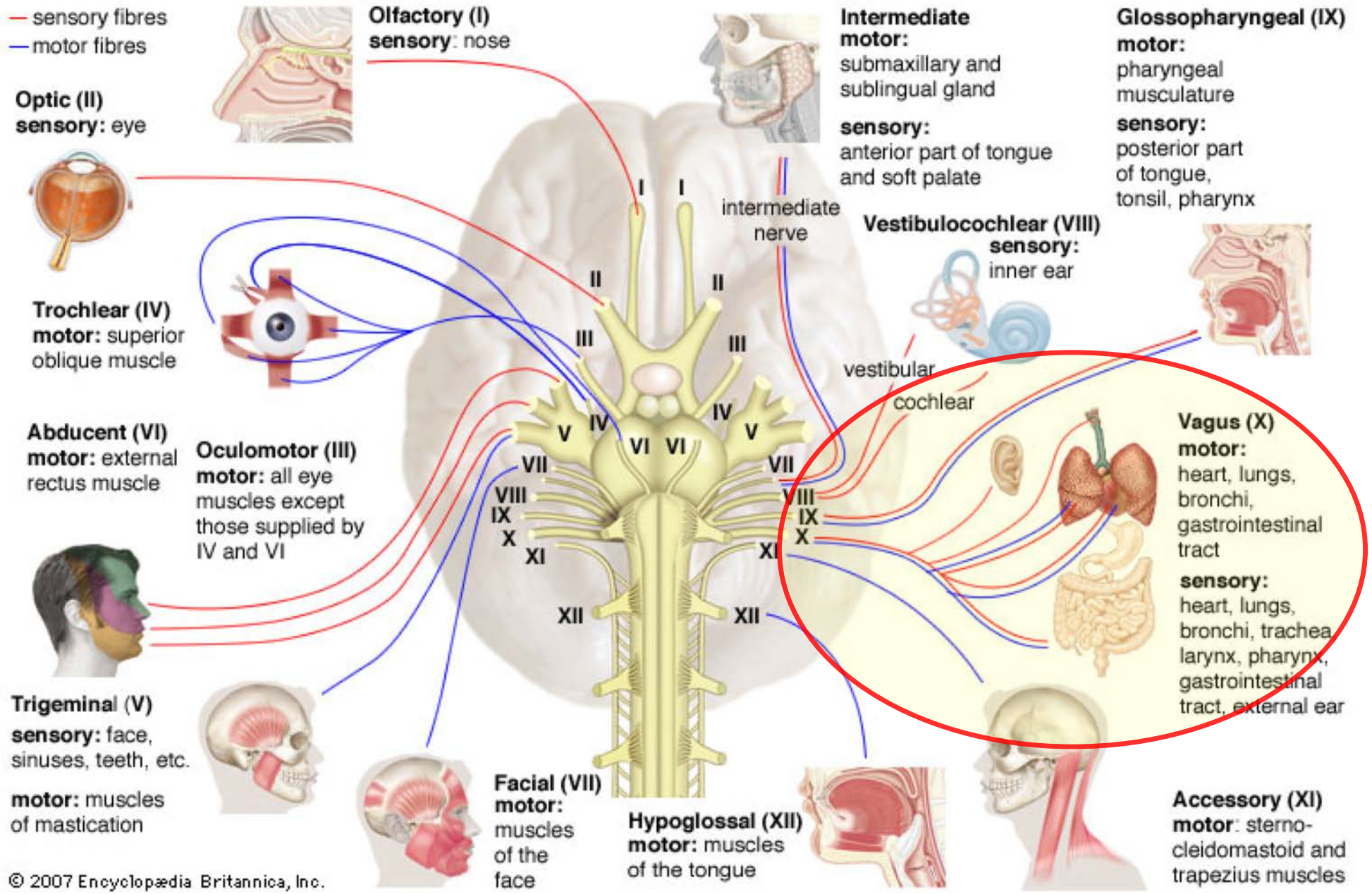
Toleransevinduet

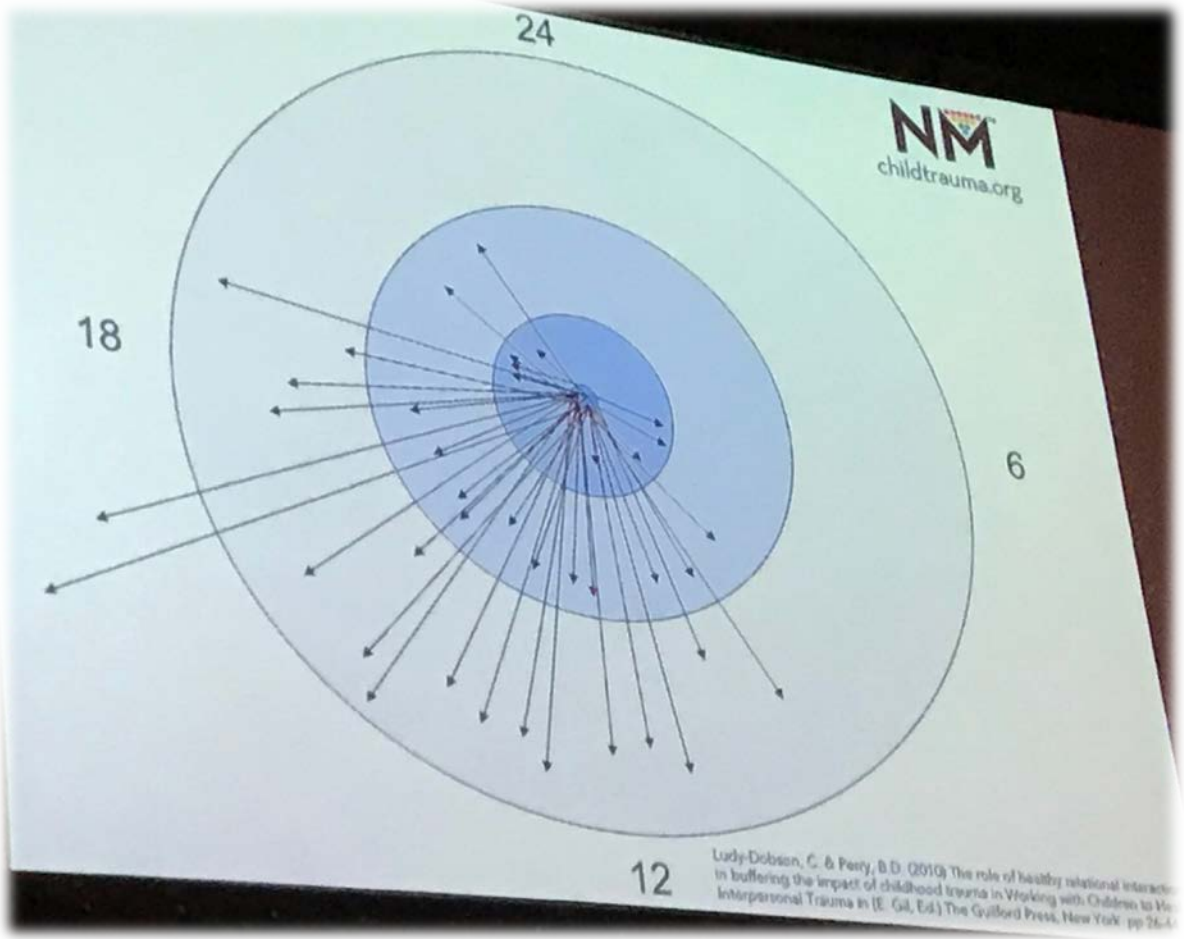


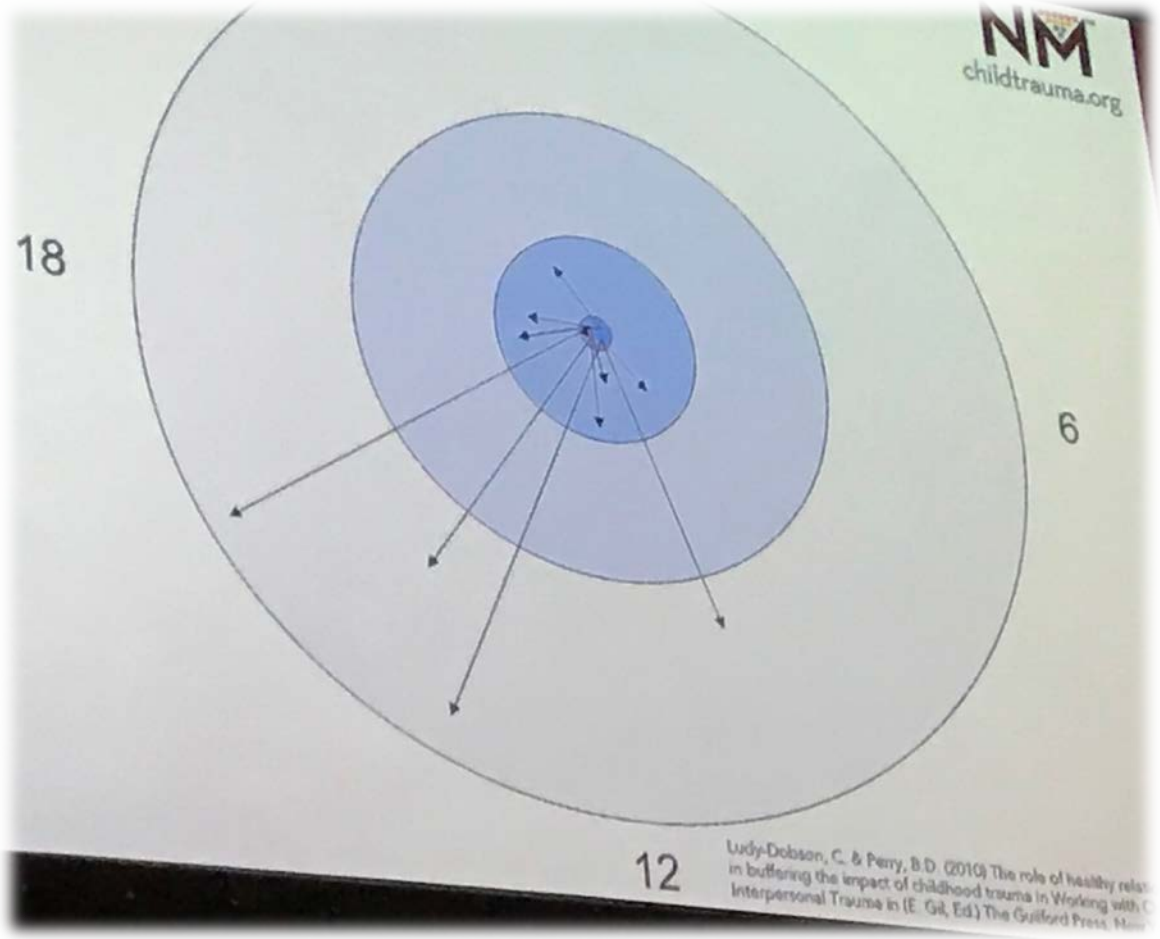
AKTIV FORSVARSRESPONS
(Hyperaktivering)
Panikk, sinne, raseri, søvnvansker, mareritt, rastløs, hyperaktiv.

Sosiale engasjementsystemet
er aktivert

PASSIV FORSVARSRESPONS
(Hypoaktivering)
Følelsesløs, nummen, tilbaketrukket, tiltaksløs, uinteressert, avslått.

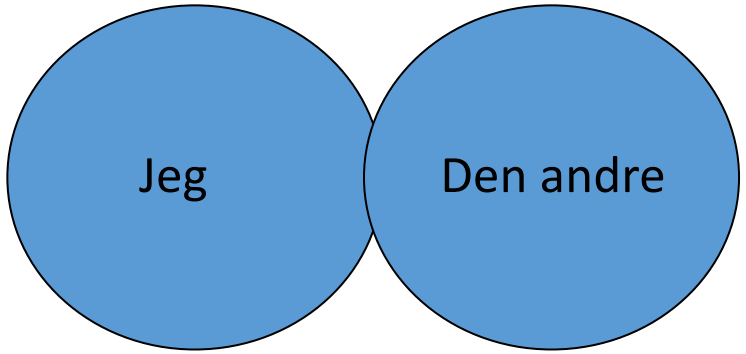

sensory fibres
motor fibres
Olfactory (I)
sensory: nose
Optic (II)
sensory: eye
Trochlear (IV)
motor: superior oblique muscle
Abducent (VI)
motor: external rectus muscle
Oculomotor (III)
motor: all eye muscles except those supplied by IV and VI
Trigeminal (V)
sensory: face, sinuses, teeth, etc.
motor: muscles of mastication
Facial (VII)
motor: muscles of the face
Hypoglossal (XII)
motor: muscles of the tongue
Accessory (XI)
motor: sterno-cleidomastoid and trapezius muscles
Intermediate
motor: submaxillary and sublingual gland
sensory: anterior part of tongue and soft palate
intermediate nerve
Vestibulocochlear (VIII)
sensory: inner ear
vestibular
cochlear
Glossopharyngeal (IX)
motor: pharyngeal musculature
sensory: posterior part of tongue, tonsil, pharynx
Vagus (X)
motor: heart, lungs, bronchi, gastrointestinal tract
sensory: heart, lungs, bronchi, trachea, larynx, pharynx, gastrointestinal tract, external ear
I
II
III
IV
V
VI
VII
VIII
IX
X
XI
XII
© 2007 Encyclopædia Britannica, Inc.



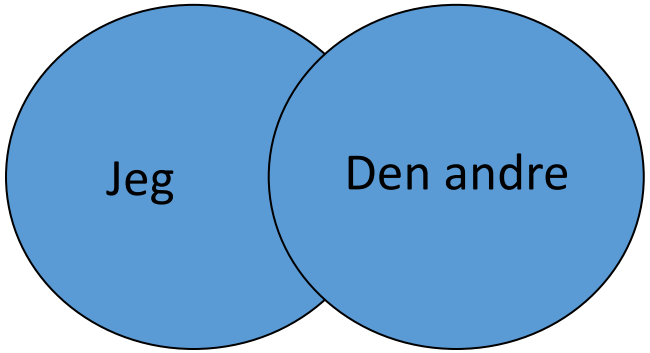


Bruce Perry, Schizofrenidagene i Stavanger

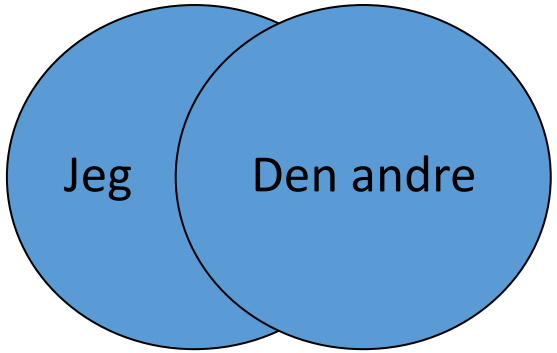
RVTS SØR



Etter negativ intervensjon



Før intervensjon/etter nøytral intervensjon



Etter positiv intervensjon

Barn og unge vil koble seg på voksne som hjelper dem med å føle seg trygge (Howard Bath)

Det kan være nyttig å føle seg litt frem,
når man skal låne en annens øyne,
så man ikke låner øyne av hvem som helst.

Tom Andersen

Refleksjonsoppgaver:

- Hva tenker dere om at alle elever er A elever
- Hva vil denne filosofien bety for ditt møte og arbeid med de enkelte elev
- Hvordan få elevenes øyne til å skinne?

LINK – Livsmestring i norske klasserom

RVTS SØR

Det startet sånn….

Fra forsiden av Fædrelandsvennen 2017

LINK

Livsmestring i norske klasserom

RVTS SØR

Hva er LINK?

«Skolens oppgave er å sette barn og unge i stand til å håndtere livet»

Opplæringsloven og Kunnskapsløftet

Målet med LINK

Målene med LINK er:

- Å bidra til å styrke den enkeltes selvbilde
- Å bidra til opplevelse av tilhørighet
- Å gi trening i konstruktive mestringsstrategier

Hvordan bruke LINK?

http://linktillivet.no

Ritualer gir trygge rammer

- Innledningsritual (Tenn lys, spill musikk, håndhils på alle, sitt i ring)
- Dagens gullkorn
- Dagens tema introduseres og samtales om
- Oppgaver
- Boka mi
- Avslutning (Helst med seigmann)

Inngangsritual

Dagens gullkorn

Tenk gjennom noe hyggelig som hendte deg siste uka.

- En hverdagshendelse-
- Fortell til sidemannen-

Dagens tema

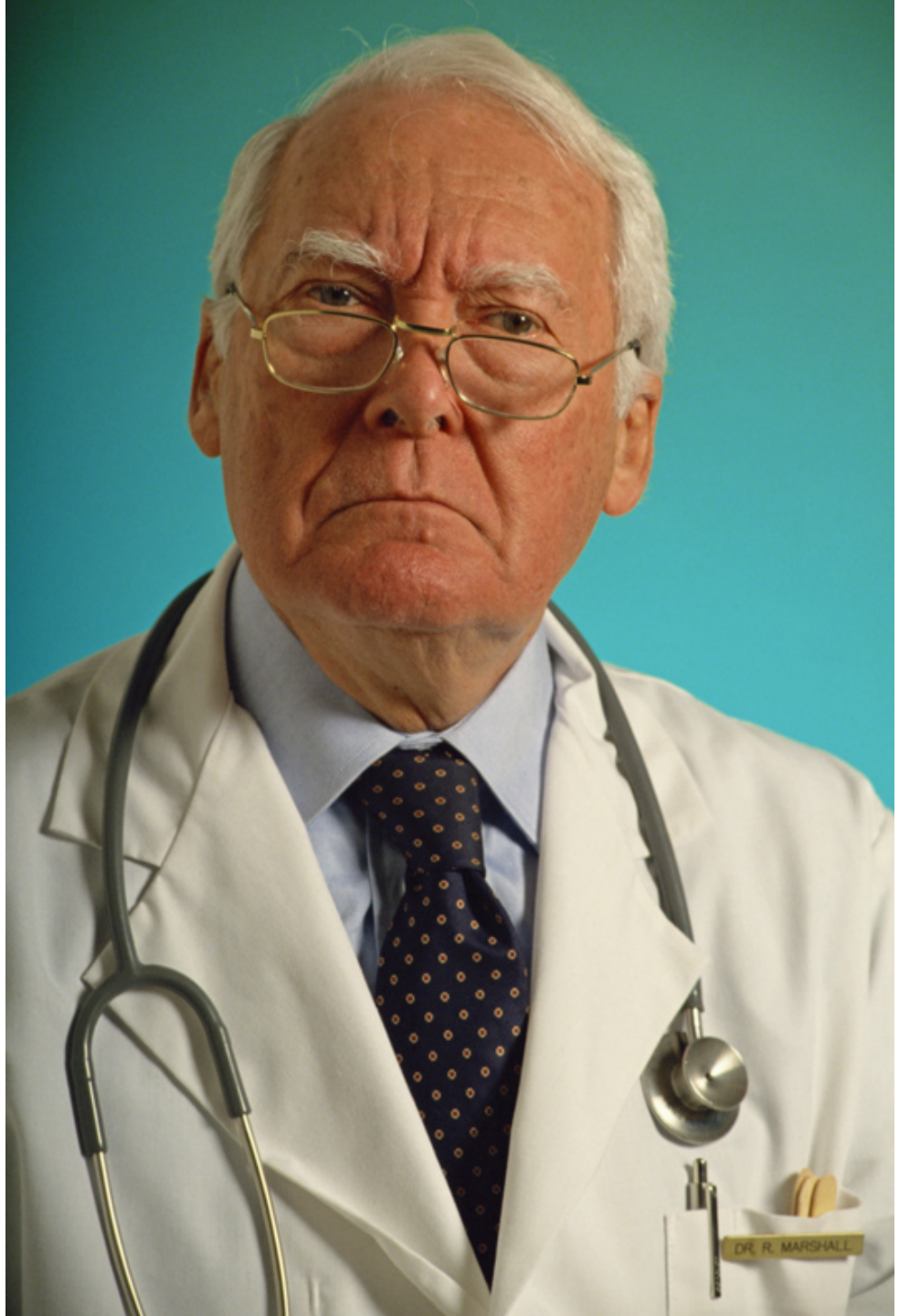
Følelser

Følelser

Følelser

Følelser

Følelser



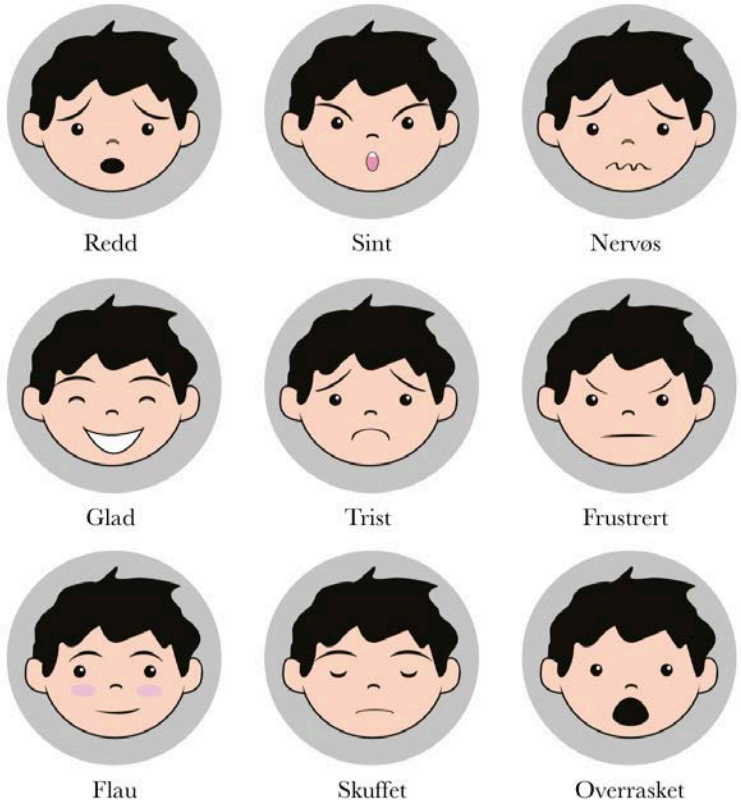
Følelser

Følelser

Følelser

Følelser

Vi jobber med temaet



- Følelsesstafett
- Drittsekken
- Følelsesalfabet
- Seigmannen
- Ei gang jeg var…..
- En skoledag hvor følelsene stadig veksIet
- Filosofiske spørsmål
- Miming

Bare for gøy

Vi teller til tre……..

Hvor vanskelig kan det være???

Boka mi

Fullfør setningene:

- Jeg blir sint når
- Jeg blir glad når
- Jeg blir flau når
- Jeg blir misunnelig/sjalu når

Tegn fra en gang du var skikkelig redd.

Gode råd for å håndtere de vonde følelsene: Del de gjerne med andre.

Fullfør setningene:

- Når jeg blir redd kan jeg…….. • Når jeg er sint kan jeg…….
- Når jeg er misunnelig kan jeg ….
- Når jeg er irritert kan jeg ……..

Lag en seigmann og fyll den med følelser etter eget ønske

Lag dine egne smiley, eller finn noen fine på nettet, skriv ut og lim inn.

Krøll og kast oppgaven

Følelser

Svar på en eller flere oppgaver

1. Hva føler du etter denne samlingen?

2. Hvem og hva gjør deg glad?

3. Fortell om en gang du var redd?

Avslutningsritual

Kahoot

LINK KAHOOT

Tema til neste gang?

- Selvskading
- Klasseledelse
- Selvmordsforebygging
- Traumebevisst omsorg
- Bli kjent med deg selv
- Lek
- LINK
- Kultursensitivitet
- Utdanningens oppgave
- Du ser det ikke før du tror det
- Med styrkefokus i utdanningen

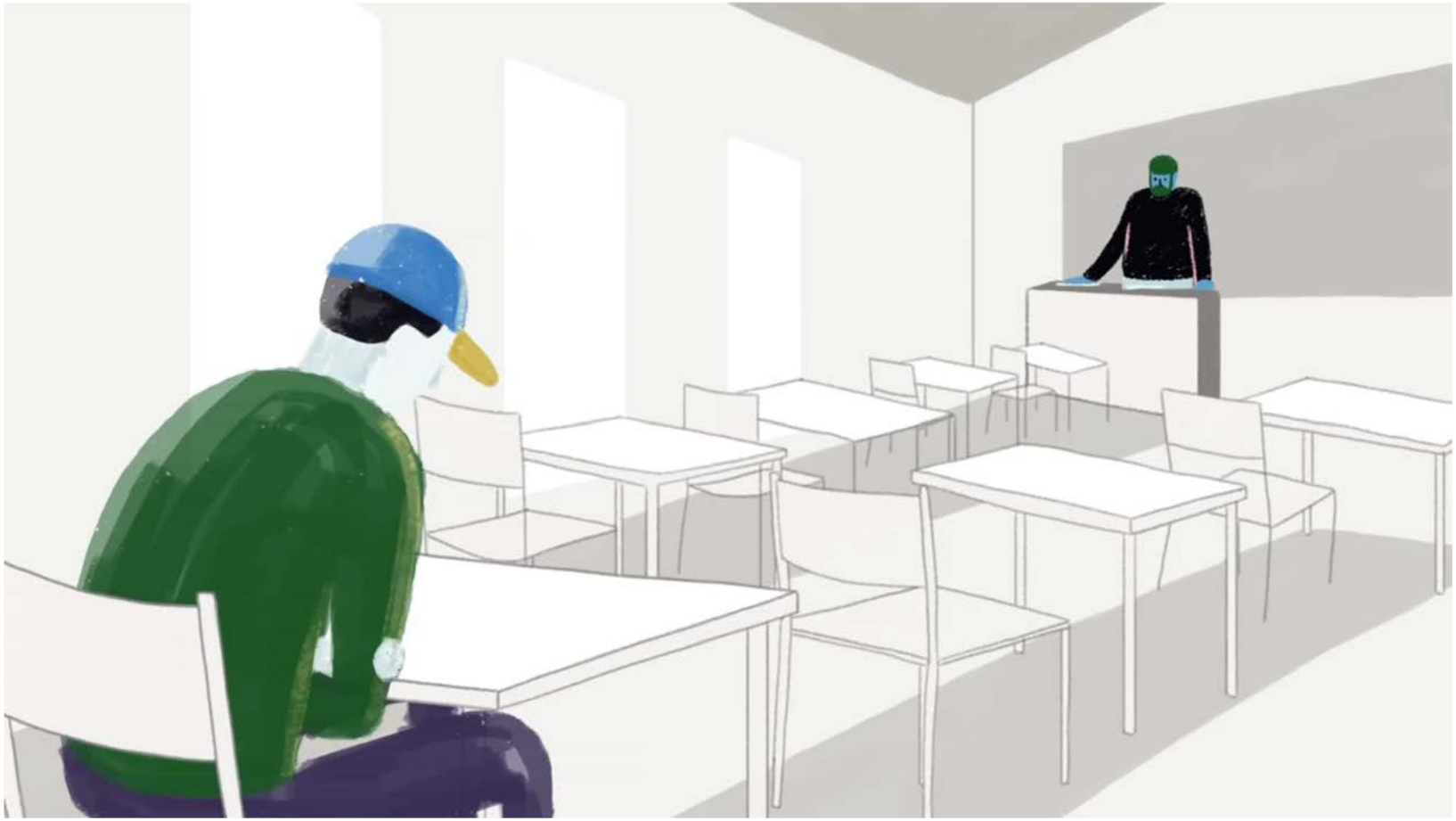
Hjemmelekse

- Lag en oversikt over elevene dine på et ark.
- Skriv ned tre fine egenskaper ved hver elev.
- Sett dere ned i teamene og del egenskapene dere har trukket fram.

- Velg tema til neste gang
- Prøv en LINK-samling. Hvert trinn rapportere erfaringer neste gang (5 min presentasjon)

Lærere kan gjøre en forskjell

- det kan være kort vei fra livredd til livredder-



“Mening skapes
gjennom forståelse.
Det gir mulighet
for en helt ny fortelling
om den enkeltes liv.”

RVTS SØR

Regionalt ressurssenter om vold,
traumatisk stress og selvmordsforebygging

www.rvtssor.no