

Å spinne videre på egen tråd

- Mellomarbeid mellom dialogkonferanse 5 og 6 i Fosennettverket

I dialogkonferanse 5 brukte vi mye tid på å høre på hverandres erfaringer i arbeidet med å styrke lærer-elevrelasjoner. Skolene hadde valgt ulike oppgaver til mellomarbeid denne gangen. Dette gav spennende erfaringsutvekslinger og dere signaliserte et ønske om å få lov til å fortsette å bygge videre på de prosessene dere er inne i.

Øyvind Fallmyr, psykologspesialist (BUPA Vestfold), bidro med sine kunnskaper om følelsenes betydning i arbeidet med å skape trygge elever og gode relasjoner til hver enkelt elev. Øyvind demonstrerte blant annet hvordan man kan bruke «tom stol» - metodikk for å øve seg på relasjonsreparasjon, eller enkelt sagt det å si unnskyld når noe har blitt feil overfor en elev.



Kommunegruppene brukte også tid på å analysere eget ståsted i arbeidet med å skape gode lærer-elevrelasjoner blant annet ved å se på egne resultater i elevundersøkelsen.

Flere «dyregrupper» gav tilbakemelding om at de ønsket mulighet for å velge blant flere alternativer også i dette mellomarbeidet, og denne gangen har jeg lagt inn to forslag til mulige læringsprosesser i personalgruppene. Det var naturlig å ta utgangspunkt i noe av det Øyvind brakte med seg inn i Fosennettverket. I tillegg har jeg tatt inn forslag til arbeid med Trygghetssirkelen slik det var beskrevet i forrige mellomarbeid, både fordi det var mange som ikke hadde rukket å ta særlig tak i denne før forrige konferanse, samtidig som vi nå vet at Stig Torsteinson kommer på planleggingsdag i august for å innvie alle ansatte i Trygghetssirkelen.

I tilbakemeldingene fra gruppene var det også flere som foreslo at et mellomarbeid kunne være å innføre IVK som verktøy på skolene, og det var også flere som ønsker å jobbe mer med de voksnes følelser jfr. «Læreren – et helt vanlig menneske» i det forrige mellomarbeidet. Dere står selvsagt fritt til å skape deres egen røde tråd i arbeidet videre, og å skape egne koblinger mellom det dere har lært av blant annet Øyvind Fallmyr, Stig Torsteinson og alle som delte praksisfortellinger. Det viktigste er at dere tar forpliktelsen ved å delta i Fosennettverket på alvor; det vi lærer på dialogkonferanser **skal nå ut til hvert enkelt klasserom**, og det betyr at det må skje strukturerte læringsprosesser i alle personalgrupper mellom hver samling.

Jeg kommer her med forslag til hvordan dere kan jobbe med noe av fagstoffet. Nå er det opp til dere å velge retning, og å fortsette å spinne på den røde tråden ut fra hvilken prosess dere står i på egen skole. Lykke til!



Tråd 1 – Følelshåndtering og relasjonsbygging i skolen

Forslag til prosess for minimum 2 personalmøter

Møte 1:

- ✚ Vis filmen «Alfred og skyggen» som en oppstart av temaet følelser.
- ✚ Brukt vedlagte forkortete presentasjon som Øyvind brukte på dialogkonferansen og viderefordle kunnskap dere sitter igjen med etter foredraget om følelshåndtering. Her er det absolutt rom for ytterligere forkorting.
- ✚ Bruk vedlagte arbeidsark om å «Validere følelsen» og la medarbeiderne fylle ut dette individuelt før de deler i par eller grupper.



Lekse til neste møte:

- ✚ Be medarbeiderne notere seg situasjoner hvor de har vært bevisste på å validere en elevs følelser frem til neste fellesmøte hvor dere har «Følelshåndtering» på agendaen.
- ✚ Del ut de to vedlagte dokumentene «Tips som fremmer relasjonsbygging» og «Å være en god rollemodell for unge» (begge er hentet fra boka «Følelshåndtering og relasjonsbygging i skolen», Fallmyr 2017) og be medarbeiderne lese dette før neste møte og notere seg egne refleksjoner rundt det de leser underveis ut fra følgende lesebestilling:
 - Hva opplever jeg at er lett å få til?
 - Og hva kan jeg kjenne er mer krevende?
 - Er det noe som er vanskelig å «oversette» til egen kontekst?

Møte 2:

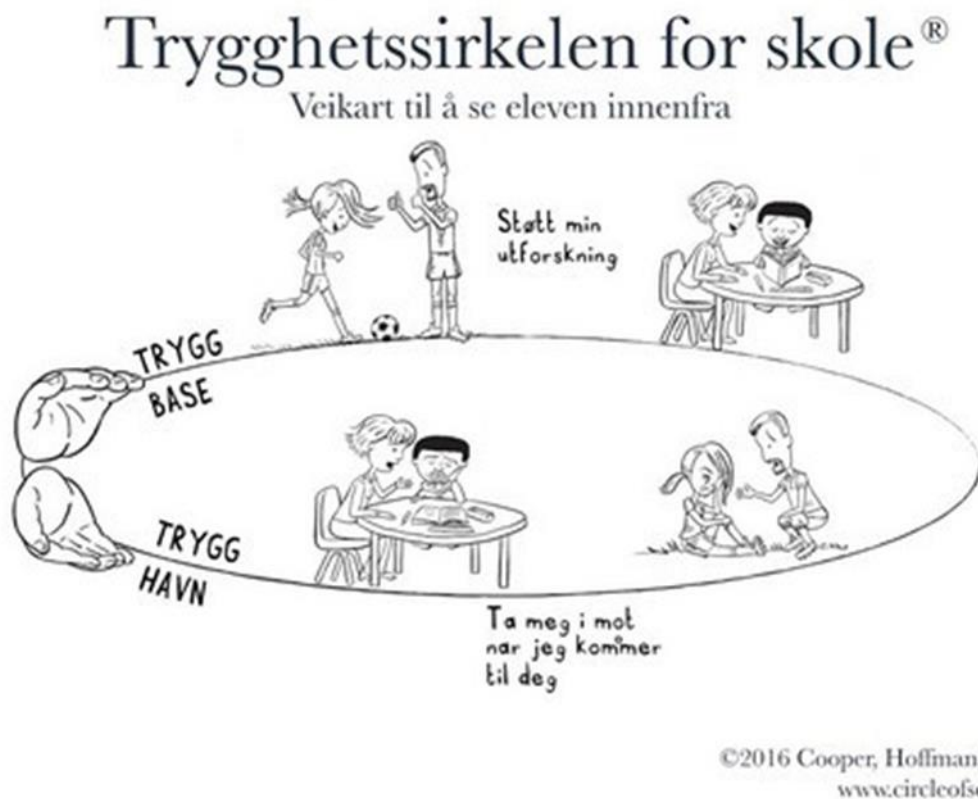
- ✚ Vis klipp fra «Innsiden ut» (finnes på youtube) som inntoning til temaet følelshåndtering.
Om grunnfølelsene: <https://youtu.be/0bHKZ-i5XJg>
Om haimusikk og manglende affektregulering: <https://youtu.be/kg7Lrvs02k8>
Om å tone seg inn til barnet: <https://youtu.be/fxCiBMR7KTs>
- ✚ Del ut arket «Validere følelsen 2» og la medarbeiderne fylle ut dette individuelt før de deler i par eller grupper. Ta gjerne en plenumsrunde hvor gode eksempler kan komme frem.
- ✚ Ta frem dokumentene de har fått utdelt i leselekse og la de få noen minutter til å hente frem egne refleksjoner før de deler sine refleksjoner ut fra lesebestillingen i par eller gruppe.
- ✚ Bruk noen minutter ved avslutning av møtet til å la alle skrive et kort/lapp til seg selv om hva de ønsker å ha i fokus i møte med sine elever fremover når det gjelder følelshåndtering. Kortene kan handle om enkeltelever eller mer generelle situasjoner. Kortene leveres inn til ledergruppa og løftes opp i trinn/teammøter noen uker etterpå.



Tråd 2 – Trygghetssirkelen som verktøy i klasserommet

Psykolog Stig Torsteinson gav oss innsikt i mange begreper som er relevante i Trygghetssirkelen:

- Mentalisering
- Subjektivering («Subjektivering peker mot å frigjøre barnets personlige handlekraft, den individuelle ilden, så å si. Sosialisering og opplæring dreier seg om å innlemme barna i kulturen og samfunnet slik det er. Sosialiseringen inviterer til likhet og tilhørighet, mens subjektivering er en prosess som oppmuntrer det individuelle initiativet.» (fra «Se eleven innenfra». Brandzæg, Torsteinson og Øyestad, 2016).
- Inntoning
- Større, sterkere, klokere, god
- Lading – «å fylle koppen»
- Haimusikk



Artikkel om trygghetssirkelen: <https://utdanningsforskning.no/artikler/se-eleven-innenfra---trygge-barn-i-en-mentaliserende-skole/>

Film fra folkom.no om:

- Tilknytning, trygghetssirkelen og lading (ca 10 min): https://youtu.be/UNdd-Wx_p4M
- Større, sterkere, klokere og god (ca. 6 min): <https://youtu.be/kBgHPz7866o>
- Haimusikk, 3 filmer (totalt ca. 10 min): <https://youtu.be/i-sWXmBTrU>
https://youtu.be/Q_la02MMUOk, <https://youtu.be/MYOzf3QA57M>

Forslag til prosess i personalet:

1. Forberedende lesing til fellestid: <https://utdanningsforskning.no/artikler/se-eleven-innenfra---trygge-barn-i-en-mentaliserende-skole/>
2. Felles gjennomgang av Trygghetssirkelen og aktuelle begreper ledet av utviklingsgruppa.
3. Utforsking individuelt og på team: Hvordan kan dette relateres til elevgruppen jeg/vi jobber med?
4. Individuelle arbeidsoppdrag: Skriv ned en «Sirkelhistorie» som du erfarer frem mot neste møte hvor Trygghetssirkelen er tema. Disse historiene skal deles i grupper på fellestid samt leveres inn til ledergruppa etterpå.
5. Deling av refleksjoner og sirkelhistorier på fellestid. Hvordan kan dette verktøyet bidra til mer effektiv klasseledelse?

NB! For de som allerede har tatt tak i trygghetssirkelen kan det være spennende å utfordre lærerne på å finne sirkelhistorier som handler om å støtte eleven på toppen av sirkelen.