

Når **følelsene** blir et problem i
læringsprosessen-
Om **psykogene** lære vansker

Frode Jøsang 2017

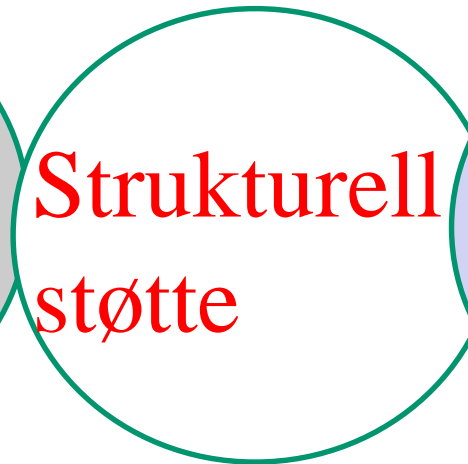
Klasseledelse som støttefunksjon

Selvstendighet

Nærhet

Trygghet

Motivasjon



Alle disse 4 støttestrukturene er viktige når vi snakker om psykogene lærevansker, men grunnlaget er **emosjonell støtte**.

Autoritetsperspektivet

Ref. Baumrind,D 1991

Ca 15% av oppdragere har en autoritær stil

Autoritær

Kontroll

Autoritativ

30%

Spesielt viktig for elever som sliter faglig

Ref. Terje Manger 2014

Fravær av varme og omtanke

Varme

Faktisk mer negativ for motivasjon enn den autoritære for elever som sliter faglig .Også en tendens til å bruke ukritisk ros som har negativ effekt på elever som sliter. (Manger, 2014)

Forsømmende/
Neglisjerende

Ettergivende

20%

30%

Svært uheldig for sårbare elever.(ikke bli sett)

Fravær av kontroll

% andel er hentet fra psykolog Peder Kjøs

Ref. Mausethagen og Kostøl, 2009

Fag/elevsentrering

Faglig autoritær :

Opptatt av sitt eget fag, går gjennom fagstoff uten hensyn til elevene .Kan ofte fremheve og vise egen dyktighet. Prøver å dukke og ydmyke elever faglig ” ikke tro du er noe eller kan noe”

Maktesløs

En lærer som har gitt opp og der undervisningen og forholdet til elevene er preget av likegyldighet og av å kjøre pliktløp. Og stilltiende avtaler.

Fagorientering

Faglig autoritær

Faglig autoritet

Faglig autoritet : Å både ha sterk faglig fokus og fokus på elevene. Vektlegging av støtte, faglig engasjement, motivasjon og arbeidsinnsats.

Elevorientering

Maktesløs

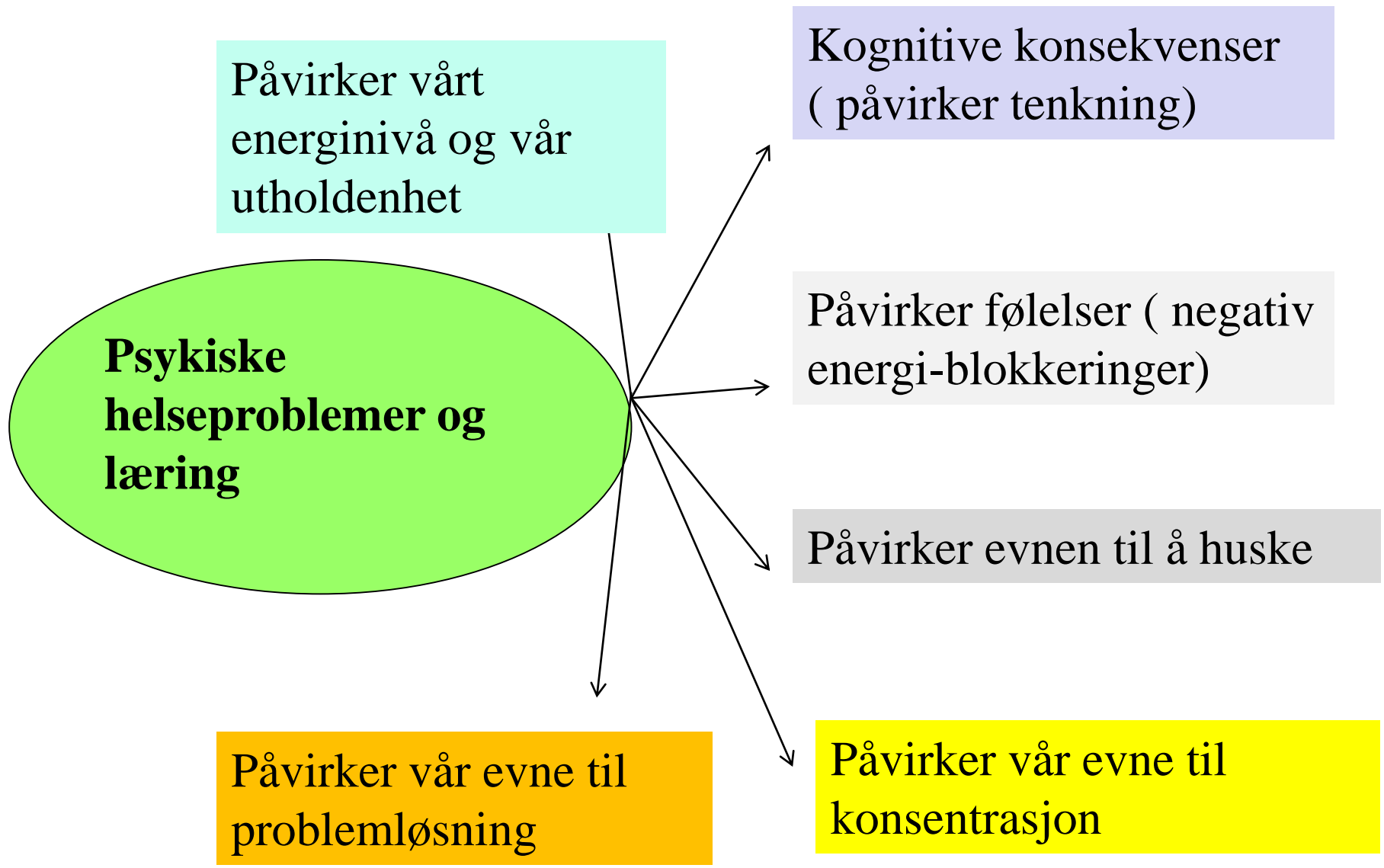
Symmetrisk forhold

Særdeles uheldig for sårbare elever

Symmetrisk : Viktigere å ha godt forhold til elevene enn faglig fokus og trøkk. **Uheldig for umotiverte/svake elever fordi det ikke stilles krav og forventninger. For mye ukritisk ros og for små forventninger (Manger, 2014)**

De 4 forutsetningene for læring

1. Fravær av indre/ytre kaos (jamfør par 9a :
Elever skal ha det trygt og godt)
2. Elever skal ha tro på at de kan lykkes
(mestringsforventninger)
3. Elever skal ha strategier for læring og
problemløsning.
4. Elever skal møte voksne som bryr seg.



Påvirker vårt energinivå og vår utholdenhet

Kognitive konsekvenser (påvirker tenkning)

Påvirker følelser (negativ energi-blokkeringer)

Påvirker evnen til å huske

Påvirker vår evne til problemløsning

Påvirker vår evne til konsentrasjon

Motivasjon i et utviklingsperspektiv

- ❑ Problemene med læringsmotstand starter oftest i slutten av 3. og på 4.trinn.
- ❑ **Opplevs som et guttefenomen.** (ca 80%)
- ❑ Matematikk + skriftlig fremstilling
- ❑ Ingen sammenheng mellom læringsmotstand og intelligens.
- ❑ Handler mer om følelser enn om intellektuelle forutsetninger.
- ❑ Ca 3,5% av elevene i grunnskolen har en «negativ motivasjon». (Elevundersøkelsen 2013)

•

Jentenes **motstand** mot skolen blir derimot ikke alltid tolket som motstand. **Det til tross for at disse jentene har lite motivasjon for skolearbeid, lav faglig selvtillit og dårlige karakterer.**

Noen av jentene var i aktiv opposisjon til skolen, og protesterte når de var uenige. Jentene reagerte med sinne eller ble lei seg, og reaksjonene var ofte rettet mot forholdet til lærerne eller de andre elevene.

De kunne for eksempel **anklage lærerne for urettferdighet og rasisme. Andre jenter trenerte gruppearbeid, kom for sent eller var ofte borte fra timer.**

Dette var noe lærerne i mindre grad oppfattet som skolemotstand. De så på det som den individuelle jentas problem, ifølge Godø.

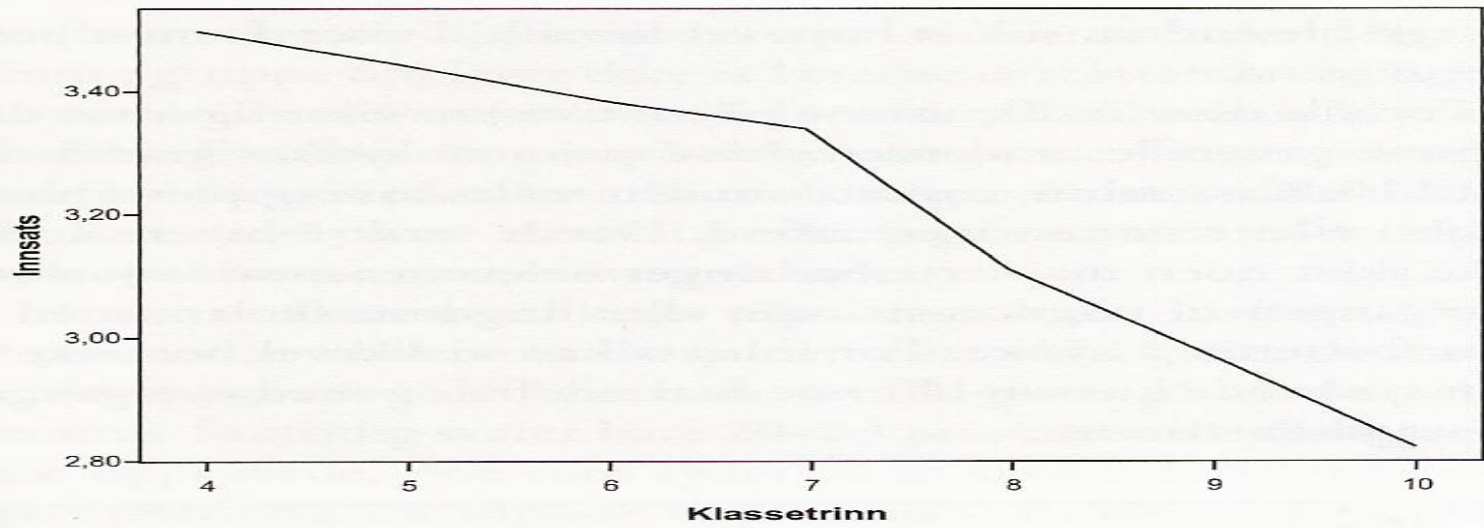
– Skolesvake jenters måte å gjøre motstand på kan bli oversett på grunn av den kollektive bekymringen for skolesvake gutter, sier forskeren.

Motivasjon

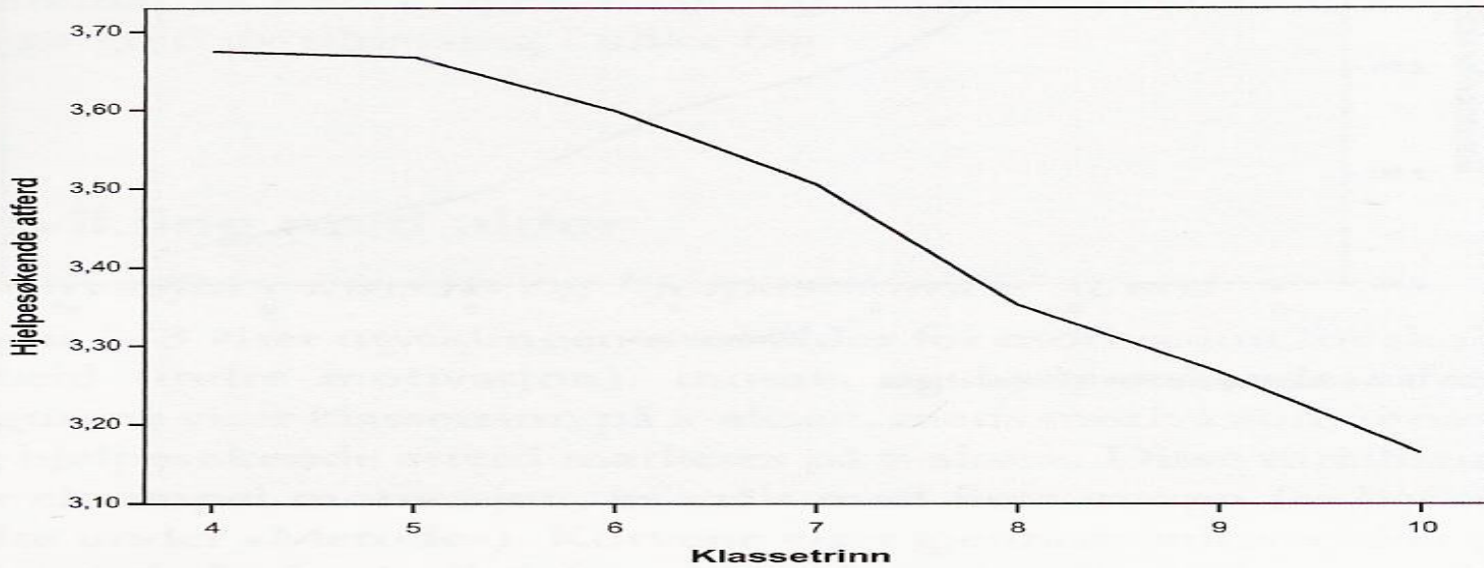
Ref. Skaalvik&Skaalvik :
motivasjon for skolearbeid, Tapir
2011

- 50% av elevene i grunnskolen svarer at helt eller litt usant at de liker å gjøre skolearbeid.
- Kun 13% av elevene svarer at det er helt sant.
- 15% av elevene sier at de ikke gjør sitt beste i skolearbeid.
- 22% av elevene sier at de ikke ber om hjelp når det er noe de ikke forstår. (72% ber om hjelp på 4.trinn-10.trinn 37%)
- Elevenes motivasjon synker sterkt fra 4-10.trinn. (68% på 10.trinn sier at de ikke liker å gjøre skolearbeid)

MOTIVASJON FOR SKOLEARBEID



Figur 2 Innsats



Figur 3 Hjelpesøkende atferd

Prestasjoner og de 4 c-er

Ref. Cecilie Ystenes , VG Helg 25/7-2015 side 51

Prestasjoner = Potensial - **Distraksjoner**

Fremmer prestasjoner

Hemmer prestasjoner

C1 : **Commitment** (gir ikke opp ved motgang)

C2= **Control** : (retter energien mot det de kan gjøre noe med)

C 3 : **Challenge** : (elsker utfordringer, lære nye ting,utfordringer)

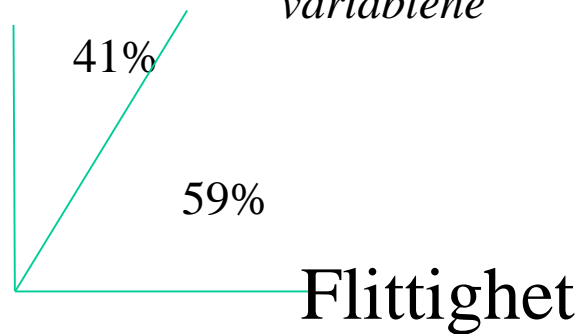
C4 : **Confidence** (har tro på seg selv og egne evner og ferdigheter)

Alle de forhold som reduserer muligheten for optimal læring som er til stede i situasjonen , konteksten eller i eleven.



Disse 4 c-ene kan trenes og utvikles der foreldrene er særlig viktige «trenere» for eget barn.

Intelligens



En flittig elev som opplever at det må hard jobbing til, har i snitt 1 karakter bedre på 10. trinn enn en som opplever seg intelligent og har lett for det, uten særlige anstrengelser.

Ref. Arthur E. Poropat: «Other-rated personality and academic performance: Evidence and implications»,
Learning and Individual Differences, 8/2014, doi:
10.1016/j.lindif.2014.05.013

Betydningen av arbeidsinnsats

Arbeidsinnsats ----- Læringsutbytte

.73

Ref. SEPU,2015

I et foreldre og oppdragerperspektiv så betyr dette at det er svært viktig at vi trener våre barn i utholdenhet, ytelse og innsats og at vi formidler klart forventninger om innsats og lærer våre barn sammenhengen mellom ytelse og resultat.

Mestring

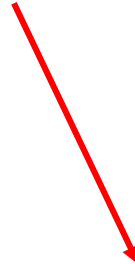
Suksess-
søking



Positive
mestringsforvent-
ninger

Sårbarhet

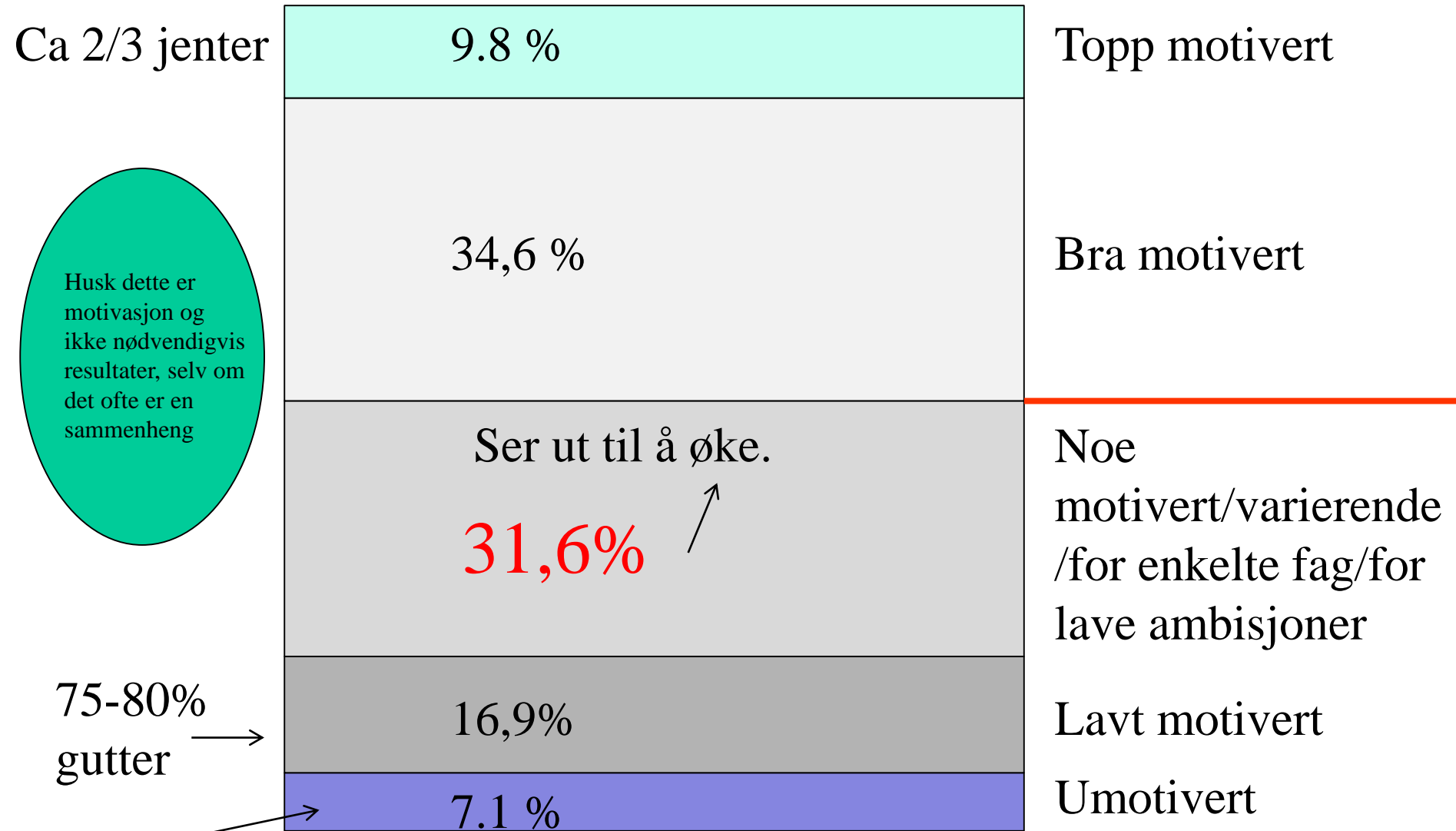
Nederlagsunngåelse



Negative
mestringsforventninger

Motivasjon hos elever 16 år.

Ref. Thormod Øya , NOVA 2011



Flere gutter enn jenter, men når jenter først er umotivert, så er de svært umotivert.

Umotiverte elever

En analyse av utfordringen kan vise at det er faktorer som.

1. Lav selvtillit .Elever med lav selvtillit har ofte en klar tendens til å vise lav motivasjon for skolearbeid. Får konsenkvenser for troen på egen mestring.

2. Opplever et mer negativt klassemiljø

3. Dårlig relasjon til lærer

4. Lite samarbeid mellom hjem og skole som er med på å opprettholde utfordringen. Svakere foreldrestøtte og /eller mer konfliktfylt.

([Manger og Wormness 2005](#)).

TRE sentrale begreper for å forstå utfordrende elever i lys av **psykisk helse og mestring**. (både skolefaglig og livsmestring)

1. Attribueringsmønster : Forteller oss hvor et barn plasserer årsak for problemer/nederlag eller suksesser.

Suksess	Indre årsaker (hos meg)	Ytre årsaker (hos andre-på system)
Nederlag	Indre årsaker	Ytre årsaker

2. Kontrollplassering : Handler mye om å se muligheter samt å ta ansvar når en står overfor utfordringer, krav og problemer.(NB!!! Når kontrollplassering er ukontrollerbar, stabil og internal.)

Påvirkbar (dynamisk)	Kan jeg selv gjøre noe med (er kompetent, har ressurser, ser muligheter)	Har tro på løsning, forbedring (ide,hjelp fremgangsmåte etc)
Ikke påvirkbar (Statisk)	Er jeg avhengig av at andre må hjelpe meg med	Har ikke tro på.....

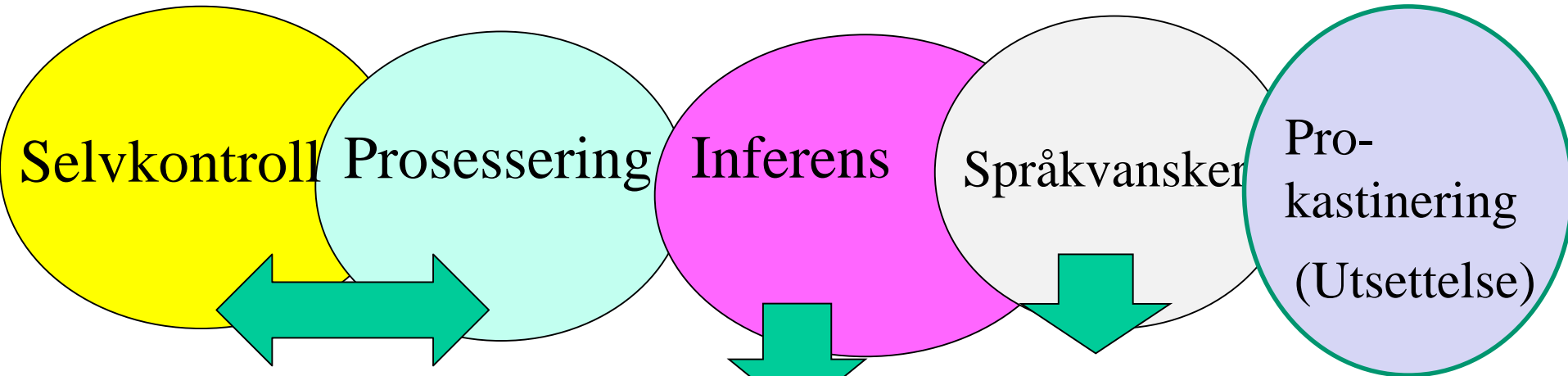
3. Kognitive dysfunksjoner

Hvordan eleven tenker om sin egen læring og forklarer for seg selv hvorfor han/hun ikke lykkes.

Må ses i lys av attribuering og kontrollplassering :

- Matte er ikke så viktig
- Matte ligger ikke for vår familie.
- Skal satse etter jul
- Ikke vits å prøve fordi.....
- Forstår ingenting fordi jeg har så dårlig mattelærer.
- Kommer jo inn på videregående uansett.
- Skal satse når jeg begynner på ungdomsskolen, videregående.
- Gidder ikke fordi det er så kjedelig.
- Kommer aldri til å få bruk for dette...
- Kommer aldri til å få det til.....

5 grunnleggende problemområder for elever som har vansker med læring og motivasjon



Slår særlig ut på utholdenhet (virgilans) og konsentrasjon og til å regulere og planlegge atferd og læring. Skaper frustrasjon i læringsprosessen.

Slår særlig ut på relevans.

Svært fremtredende hos barn med vansker og er en mellomliggende forklaring mellom atferd og læring. Vansker med å formidle/sette ord på kunnskaper, følelser og tenkning. Ofte vansker med skriftliggjøring og friskriving.

Særlig passiv prokastinering som gir seg utslag i utsettelse som forringer kvalitet/ikke fullfører.

Motivasjonsformer

Økende pedagogiske utfordringer.



Motivert

Lav motivasjon

Umotivert

Indrestyrt

Ytrestyrt

De-motivert

Bunden

Frustrasjons-betinget

Resultant

Forsvarspreget

Lært hjelpeløshet

Kjedsomhet

Lyst - ulyst

Stress

Angst

Selvbilde

Håpløshet
Depresjon
Gi opp
Slutte
Fravær

Gleden ved å mestre.
Relevans
Takle utfordringer.
Å lykkes.
Interessestyrt

Fornuft
Belønninger
Karakterer
Foreldrepress
Lærerpress
Kulturelt press

Har mistet gløden og er i ferd med å miste troen på seg selv.

Avhengig av å bli motivert og stimulert. Lærer-elevrelasjon er sentral.

Opplever at krav overstiger muligheter /kapasitet. Stressreaksjon-er og stresshormoner stenger for læring og tenkning.

Angst for å mislykkes
Angstberedskap utvikles.

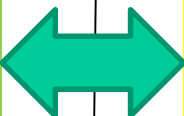
Selvverd trues. Forsvar av selvsverd starter. Forsvarpreget atferd manifesterer seg.

Følelser er en ressurs for tenkning og læring

Følelser blir et problem og overskygger tenkning

Har forventninger om å lykkes.

Har erfaring med tilkortkomning og utvikler gradvis forventninger om nederlag



Problemfokuserte strategier

- ✓ Oppgavefokus
- ✓ Stressreducerende
- ✓ Bruke problemløsningsstrategier
 - Søke hjelp
 - Anvende læringsstrategier
 - Iverksetter kognitive ressurser

Emosjonsfokuserede strategier

- ✓ Ego-orienterte
- ✓ Iverksetter følelser
- ✓ Øker stress
- ✓ Benekte, bagatellisere, fornekte, ikke ville snakke om, bortforklare etc.
- ✓ Eksternalisering
- ✓ Internalisering
- ✓ Unngåelse/aggresjon.

Hovedkonklusjoner fra undersøkelse om læringstrykk i videregående skole

- Grunnlag for å hevde at elever generelt liker læringstrykk.
- Stor variasjon i hvordan elevene individuelt opplever læringstrykket.
- Betydelig variasjon i opplevd læringstrykk mellom klasser.
- Klar sammenheng mellom hvordan elever opplever relasjon til lærer og hvordan de opplever og tolker læringstrykket. Gjensidig tillit ser ut til å være en helt sentral faktor for at læringstrykk skal ha en positiv læringseffekt.
- **En positiv lærer-elevrelasjon er en forutsetning for å kunne utøve høyere læringstrykk.**

Resultatene skulle tilsi at det er elevenes motivasjon som ser ut til å være den viktigste faktor ifølge læringsutbytte. Elevenes holdninger og innstillinger til faget ser ut til å være viktigste faktor.

Læreren evne til å skape motivasjon og endre innstillinger til faget hos elevene ser ut til å være den viktigste skolerelaterte faktoren til forbedring av skoleprestasjoner og økt læringsutbytte. ***Positive lærer elevrelasjoner ser ut til å være den viktigste faktoren for økt motivasjon og økt læringstrykk hos elever. Undersøkelsen viser at enkelte lærere som er flinke på relasjon på kort tid kan påvirke elevens motivasjon, bruk av læringsstrategier og læringsutbytte. Ref. NOVA 3/2 2009 : Lihong Huang***

- ❑ God støtte fra lærerne bidro til gutter som viser lav motivasjon trivdes og hadde det bra på skolen, til tross for dårlige prestasjoner og lite interesse for fagene.
- ❑ Opplevd god støtte fra mannlige lærere hadde ekstra effekt på gutter som sliter med motivasjon fra Ref. Godø 2013

Angst-perspektivet på læringsmotstand

Mestringsvegring ref. Hovedoppgave UIO, Helge Eide (ISBN 8256955694)

Mestringsvegring er en form for atferdshemming som opptrer i bestemte situasjoner hvor eleven utsettes for krav om ytelse. Den forekommer nesten alltid i sosiale sammenhenger og er i de fleste tilfeller en reaksjon på direkte eller indirekte utfordringer som andre stiller forventninger eller premisser for. Reaksjonene gjenspeiler en motvilje mot å eksponere en handling, og styreres hovedsakelig av to hovedstrategier : **Avvergingsstrategier og tilpasningsstrategier.**

Det er alltid strategier involvert i vegringsatferd. Disse varierer i forhold til person og kontekst. Disse strategiene kan variere fra **aktive (reaktive) til passive. Disse strategiene eller symptomene blir vegringens ansikt utad.**

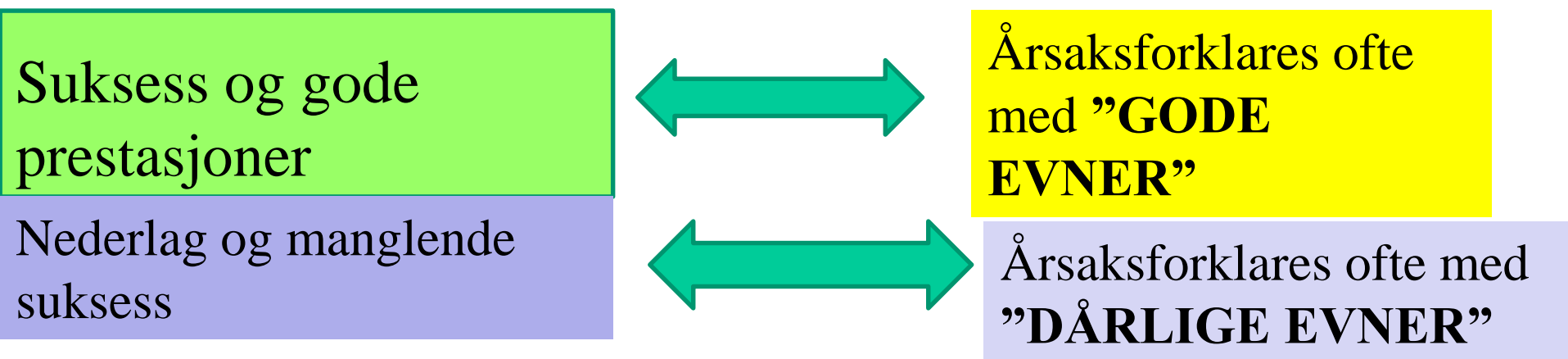
80% av elevene med utstrakt læringsmotstand er gutter. Sårbart for gutter å slite med faget matte .(fra 4.klasse)

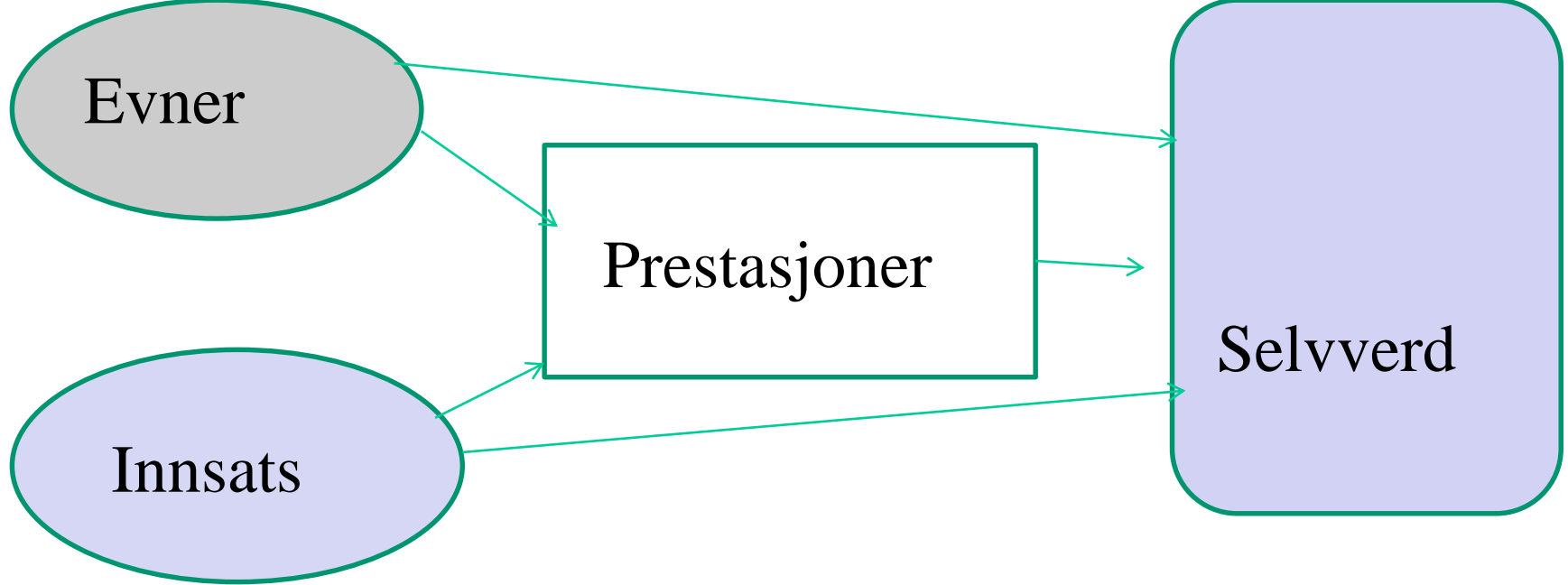
Selvverdsperspektivet

Covingtons Selvverdsteori (1984 ,1992)

• Bygger på teorien om at :

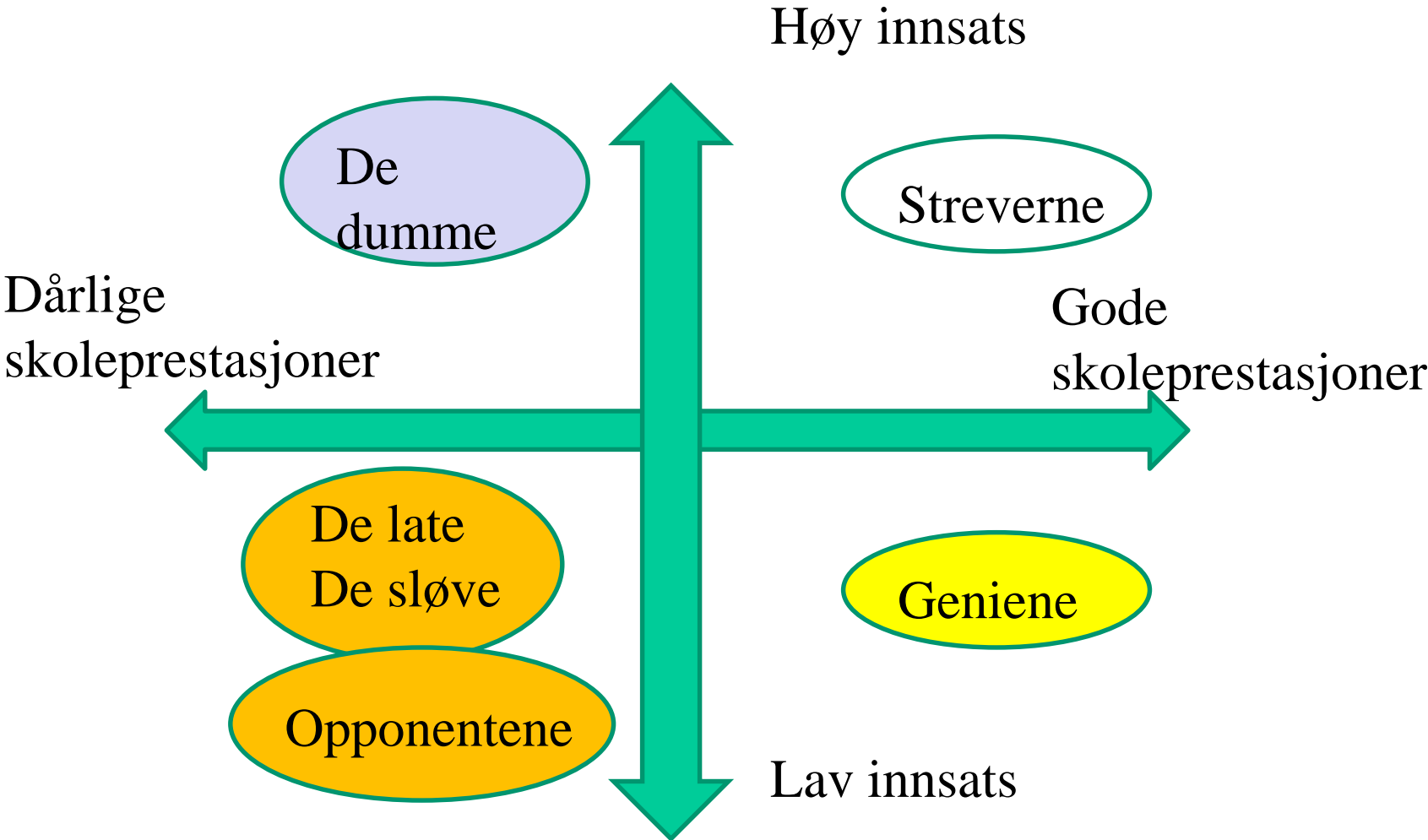
1. Alle mennesker har behov for å verdsette seg selv.
2. Alle vil beskytte selvverdet sitt hvis det blir truet.
3. Alle har behov for å forklare sine suksesser og nederlag (attribusjon)
4. Alle har behov for et stabilt selvbilde enten det er positivt eller negativt. (selvkonsistensmotivet)





Hvordan vil jeg forklare mine nederlag og manglende prestasjoner i skolen?

Covingtons modell

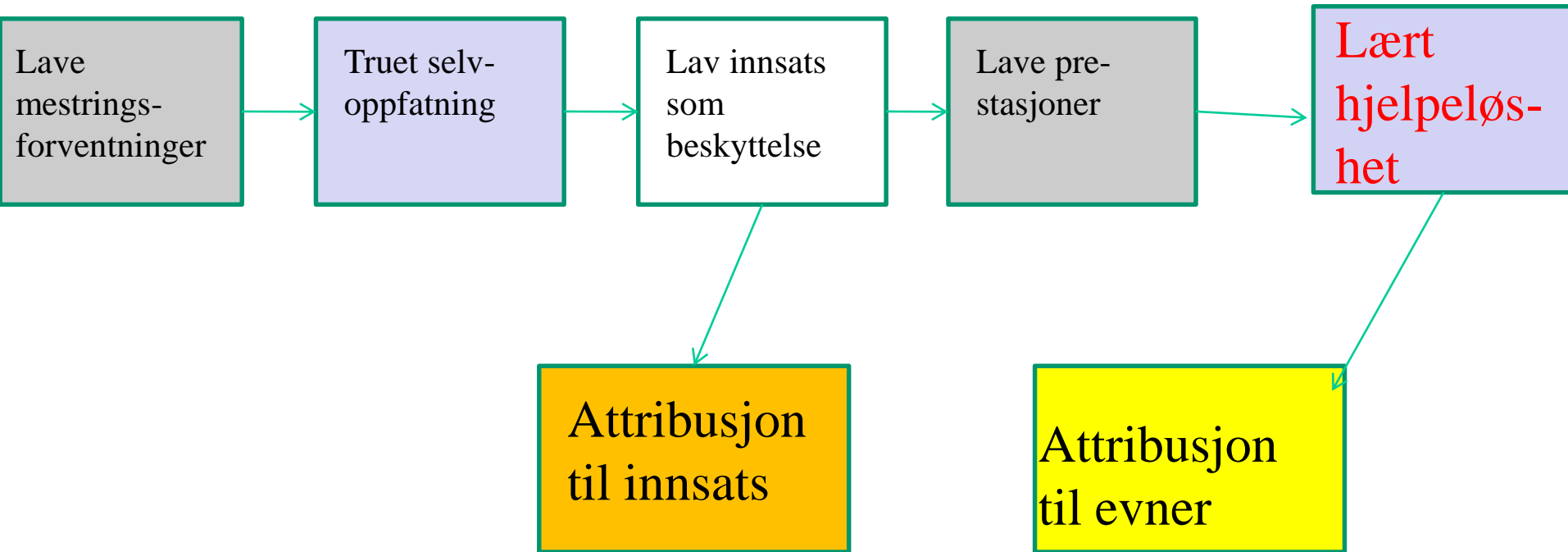


Covington sier at elever med lav innsats ofte vil beskytte seg slik at tolkningen av hvorfor de ikke lykkes ikke skal være knyttet opp mot evner (være dum) :

- Lav innsats
- Unnskyldninger (fravær, sykdom, glemming etc.)
- Sommel (ikke komme i gang, ikke bli ferdig etc)
- Urealistiske mål (velge vanskelige oppgaver)
- Lette mål (100% suksess)
- Jukse
- Holde seg borte fra.

Teori om lært hjelpeløshet

Peterson&Seligmann (1984), Maier & Seligmann 1976, abrahamson,Seligmann og Teasdale ,1978)



Det mest uheldige attribusjonsmønsteret er å attribuere til svake evner når man mislykkes og flaks når man lykkes fordi det knyttes opp mot en årsakssammenheng som er ukontrollerbar, stabil og internal. De opplever at det er lite de kan gjøre for å endre resultatet, de mangler kontroll og styring. Tenkningen blir "Det er ingen vits å prøve". En tredje attribusjon for manglende suksess kan være feil strategi/metode (Curtis&Graham 1991)

Sentrale motstandsstrategier på veien mot selvhandicapping der læring stopper helt opp.

- Ikke be om hjelp
- Ikke motta hjelp
- Ikke bli synlige
- Ikke ville motta tilbud ut over klassens rammer. (gruppe-individuell-spesialundervisning)
- Ikke ha andre oppgaver enn de andre i klassen.

Teori om selv-handicapping (Urdan og Midgley 2001)

De strategier som benyttes hvor en før en prøve skaffer seg et eller annet handicap som forklarer et dårlig resultat. Hensikten er å påvirke hvordan egne resultater tolkes av andre.

- Være trøtt og sliten
- Ikke ha sovet, vært oppe hele natten.
- Ikke forberede seg.
- Utsette så lenge at det er for seint.
- Påberope seg sykdom
- Unngå å motta eller be om hjelp (særlig fremtredende for elever med lavt selvverd, lave mestringsforventninger som opplever at selvverdet trues.

Sårbare elever trenger :

- En lærer som ser dem og som bryr seg.(**Det aller viktigste**)
- En skole som har gode rutiner for fravær og som intervenserer tidlig.
- Som involverer elev og foreldre i arbeidet og sikrer god dialog og løpende informasjon.
- Som er særlig fokusert og oppmerksom etter avbrudd (ferier-fridager-mandager)
- Alle overganger er vanskelige.
- Som er i stand til å tilby «myke dager» når ting er ekstra vanskelig og «trygge steder» å kunne trekke seg tilbake.
- At det er gode informasjonsrutiner mellom de lærerne som har eleven.(ikke alle «maser og spør» om det samme)
- At ting er strukturert slik at eleven hele tiden vet hva som skal skje, hvor, når og hva som forventes.
- At en er obs på friminutter og ustrukturerte dager/aktiviteter.

Noen eksempler på emosjonsfokuserte strategier som hemmer elevenes læring og utvikling.

Strategivariabler:

1. **Uttrekking av tid** ved ikke å komme i gang-ikke være presis-somle-rote-starte diskusjoner-snakke om bagateller.
2. **Late som atferd** : Se ut som om du følger med og jobber.
3. **Passivitet** : Sitte rolig, ikke ta initiativ, tegne i stedet.
4. **Fokusskifte** : Uro-bråk-ødelegge materiell-avbrytelser-ikke høre etter-ikke ta imot instruksjon.
5. **Lært hjelpeløshet** : Uselvstendig-masete-spør om alt-vil ikke dele den voksne med andre. (Passiv utgave : Vente til den voksne tar initiativ- Aktiv utgave : Være kommanderende)
6. **Urealistiske egenforventninger** : Selvskryt-bortforklaringer.
7. **Forhandlingsstrategier** der en stadig forhandler om gjenytelser for utført arbeid.

8. Somatiske reaksjoner : Hodepine-magevondt etc.

9. Kompensatoriske strategier : Smiske seg til-innynde seg- avledning gjennom klovnerolle-Argumentere- ha fokus på andre felt-medløperstrategier.

10. Avvisningsstrategier : Truende- skjuler sine arbeider-selektiv i valg av lærer (hjelper)-ikke be om/ta imot hjelp.

11. Ekstreme reaksjoner : Panikk-anfall-utagering-Uteblivelse.

12. Andre symptomer : Maskering gjennom slurv-Rask og overflatisk arbeid-Skriver bare enstavellesord-glemmer-griser til-kaster etc.

13. Lært hjelpeløshet : Holde seg borte, sove lite, forberede seg dårlig , ikke motta hjelp etc.

14. Kognitive dysfunksjoner(tankebrister) : Nytter ikke å prøve, kommer aldri til....., neste år/etter jul.....

15. Devaluering (eksempler fra denne uke fra vår skole)

- Hvorfor skal jeg gjøre noe i timene, når du er så dårlig til å undervise i matte og ikke kan forklare meg skikkelig?
- Dette er en «ånnasskole» og jeg er en «ånnas» hvorfor skal jeg da jobbe?
- Hvorfor skal jeg jobbe og streve på skolen når jeg skal «NAVE» resten av livet så allikevel?
- Dere følger ikke kompetasemålene i faget, så hvorfor skal jeg stresse?(fra gymn)
- Dere må være fornøyd med at jeg gidder å komme og ikke forlange at jeg i tillegg skal jobbe når jeg er her. Kanskje jeg ikke gidder å komme i morgen hvis du maser mer på meg?
- Hvorfor skal jeg gjøre noe når dere gir meg slike barnslige drittoppgaver?

Hva kan vi gjøre
med
læringsmotstand?

Komfortsonen (trygghet ,lav
aspirasjon gjenkjennelse, mestring,)

Læringszone

(prøving og feiling-optimale
utfordringer-høy aspirasjon)

Frustrasjon

(utfordringer overstiger
min kapasitet)

Panikksone

(gi opp-kompensere)

Å be om/motta hjelp

Et av hovedproblemene for elever med læringsproblemer er at de ikke vil vise at de sliter faglig. Derfor :

- ❖ Ber de ikke om hjelp.
- ❖ Har vanskelig for å motta hjelp.
- ❖ Vil ikke ha særbehandling.(f.eks mer hjelp)
- ❖ Vi ikke ha spesielle opplegg.
- ❖ Vil ikke ut av klassen (f.eks i grupper)

Generelle hovedstrategier overfor elever som skårer høyt på læringsmotstand.

- Relativt enkle oppgaver med høy mestringsopplevelse.
- Strukturerte omgivelser og strukturert undervisning.
- Nedtoning av stress og press (tidspress, mas, frister etc)
- Nedtoning av viktighet (ikke legge steiner til byrden, sannsynligvis er de allerede selv sterkt bekymret for egen situasjon og fremtid)
- Neddemping av sosial sammenligning
- Arbeid med elevens tanker (tankebrudd-kontrollplassering-lyntanker-attribueringsmønster)
- Puste og avslappingsteknikker.
- Genuine mestringsopplevelser : Lykkes med noe de trodde var vanskelig. Trenger en lærer som garantist.

Hva gjør vi med læringsmotstand?

- Positive lærer-elev relasjoner er fundamentet.
- Høy grad av støtte.
- Valgmuligheter (få og avklarte)
- Lav progresjon : Overlæring-grunnleggende ferdigheter.
- Høy grad av mestring og suksess.(100% i starten)

Avskrift-fasit-faktaorientert-markering

- Vektlegging av arbeidsvaner.
- Fokus på å lære å lære.(læringsstrategier)
- Fokus på prosessering. (sortere-planlegge)
- Oppjustering av det muntlige.
- Ekstra hjelp til å øve til prøver.

Strukturert undervisning

- Få og avklarte valgalternativer.
- Høy grad av mestring/lav progresjon.
- Få oppgaver om gangen/avgrensing av oppgaver.
- Forankring og forespeiling
- Få voksenpersoner involvert.
- Kontinuitet i opplegg og personell
- Rask hinderhjelp
- Rask tilbakemelding
- Vektlegging av rutiner
- ”Nøytralisering av lærestoff” (død, skillsmisse etc)
- Økt variasjon/kortere intervaller/oftere pauser.

Grunnleggende tenkning

1. Innøving av faste rutiner er viktig. Viktigere enn regler.
2. Å omskrive fra egenskapsbeskrivelser til treningsområder kan være en god hjelp.(Fra å være.... Til å trene på.....)
3. Stor grad av mestring. (lav progresjon-mye repetisjon)
4. Oversikt og forespeiling er sentralt.
5. Mulighet til å medvirke og påvirke.
6. Jobbe med de andre elevens reaksjon/rolle og hvordan de kan hjelpe eller skape vansker for eleven.
7. Hjelp til å organisere seg (pult/bøker/ta opp/legge ned)
8. Rask hinderhjelp ved mestringskollaps/motgang.
9. Hjelp til informasjonsbearbeiding (ta imot beskjeder-vite hva de skal gjøre)

4- faktormodell for elever med atferdsvansker

ref. Astrid Slåttøy : problematferd i klasserommet, Cappelen Akademisk forlag, Oslo 2002

Trygghet

- Være trygg på de personer og de rammer en skal fungere innenfor. Det relasjonelle perspektivet.

Oversikt

- Vite hva som skal skje og hva som skal gjøre. Det strukturelle perspektivet.

Deltakelse

- Opplevelse av å bli hørt, lyttet til, få være med i planlegging og utforming. (Empowerment)

Mestring

- Opplive å få til, å lykkes.

Sentrale elementer i endringsarbeid knyttet til umotiverte elever :

- Relasjonsbygging (eleven må skjønne at læreren vil meg vel og kunne skape trygghet i læringsprosessen)
- Signalisere innsikt og empati (jeg forstår deg og vet hvorfor du sliter, men jeg kan hjelpe deg.)
- Satse på arbeidsvaner. (få dem i arbeid, forventninger , realistiske krav)
- Skikkelig kartlegging og eventuell utredning av spesifikke vansker.
- Valgalternativer reduserer angst. Det samme gjør struktur.
- Satse på læringsstrategier som redskap for læring.
- Bruke kartleggingsmateriell slik at fremgang kan synliggjøres.
- Oppjustere muntlighet i undervisningen.
- Fokusere på basisferdigheter i fagene. Bygge læringsstillaser.
- Hjelp dem å øve til prøver.
- Små mål og systematisk feedback på utvikling.
- Positiv manipulering (elev-foresatte)