

Hva er det med Christian?

Læringsmotstand som fenomen

Psyk opp

Tromsø 3/5-2017

Frode Jøsang, Lenden skole og ressurscenter Ramsvik
utadrettet

mail : frode.josang@stavanger.kommune.no

Tlf 92292701

Pr. 2017

Færre elever har **problemer med konsentrere seg** i timene (fra 2002) , men årsakene har endret seg fra uro/bråk i timene til **psykisk helse**.

- Flere elever gjør **lekser** (økning på 10% fra 2002)
- Klart mindre **skulk** i ungdomsskolen enn i 1992 og 2002. 11,9% en gang 12,2% to eller flere. Lite skulk i europeisk sammenheng.
- Halvering av elever som **gruer seg** til å gå på skolen fra 1992 (fra 28% til 14%)
- 10% nedgang i **forseintkomming** fra 2002. (26% i 2002 nå ca 16,5%)
- **Trivsel** i norsk skole er formidabel (93%)

Bekymringsutvikling

□ 2017

Psykisk helse.

At så mange unge sliter.

Ikke bare unge med tradisjonelle risikofaktorer.

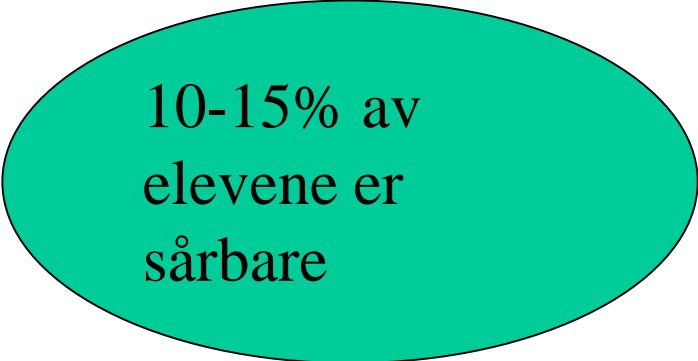
Gutte- og jenteprofil er forskjellig.

5 sentrale problemstillinger blant ungdom pr 2017

1. Langtidsfravær fra skolen øker sterkt.(0,5-1%)
2. Søvnproblemer som utfordring.
30% sover for lite 10% har søvnforstyrrelser
3. Medisinbruk blant ungdom
Sterk økning i hodepinetabeletter , sovemedisin og angst/depresjonsdempende medisiner.
4. Ungdom med flere samtidige belastninger
(komorbiditet)
5. Jenter og psykisk helse 14 år + **NB!!!!!!!!!!**
6. **Økende sårbarhet.**

Karakteristika ved sårbarhet : ref. Edvin Bru 2013

- Anspent
- Trist
- Irritabel
- Konsentrasjonsvansker
- **Motstand**
- **Underlying**
- **Unngåelse**
- Fravær (ofte knyttet til diffuse helseplager)



10-15% av
elevene er
sårbare

Problematferd

Problematisk læring



60-80%

Språkvansker

60-80%

80-90%

Problematiske relasjoner
Vansker med venner.

Sentrale konsekvenser for barn/unge med psykiske vansker i forhold til skolefag og læring :

1. Reduserte mestringsforventninger. (sentralt for motivasjon og sammenheng med selvbildet)
2. Tapper energi (utlading)
3. Økende grad av emosjonsfokuserte strategier ved motgang. (gi opp, ikke be om hjelp, ikke motta hjelp, bli sint og frustrert)
4. Påvirker tenkning (mister kreativitet, se ting fra flere sider, se sammenhenger og mønstre, mer rigiditet)
5. Påvirker konsentrasjon.
6. Påvirker utholdenhet.
7. Påvirker vår evne til å huske.

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.

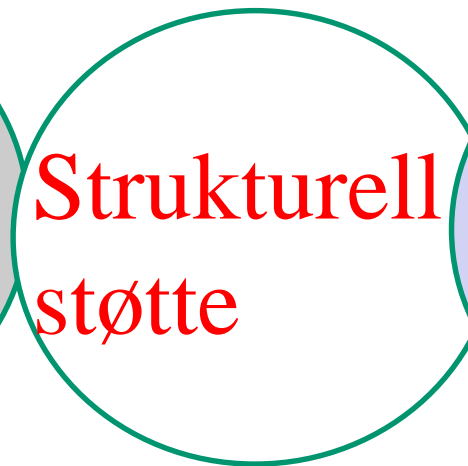
Klasseledelse som støttefunksjon

Selvstendighet

Nærhet

Trygghet

Motivasjon



Alle disse 4 støttestrukturene er viktige når vi snakker om læringsmotstand/læringsvegring, 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

Forsømmende/
Neglisjerende

Ettergivende

20%

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)

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 tror 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.

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)

LÆRINGSMOTSTAND

- Underytere
- Mestringsvegring
- Psykogene lærevansker
- Emosjonelle læringsblokkeringer.
- Late, sløve og umulige elever.

Vanligvis 4 -5 forklaringsalternativer.

- Manglende sosial kompetanse (selvkontroll)
- Atferdsvansker (opposisjon)
- **Angst**
- **Lavt selvverd**

Motivasjon i et utviklingsperspektiv

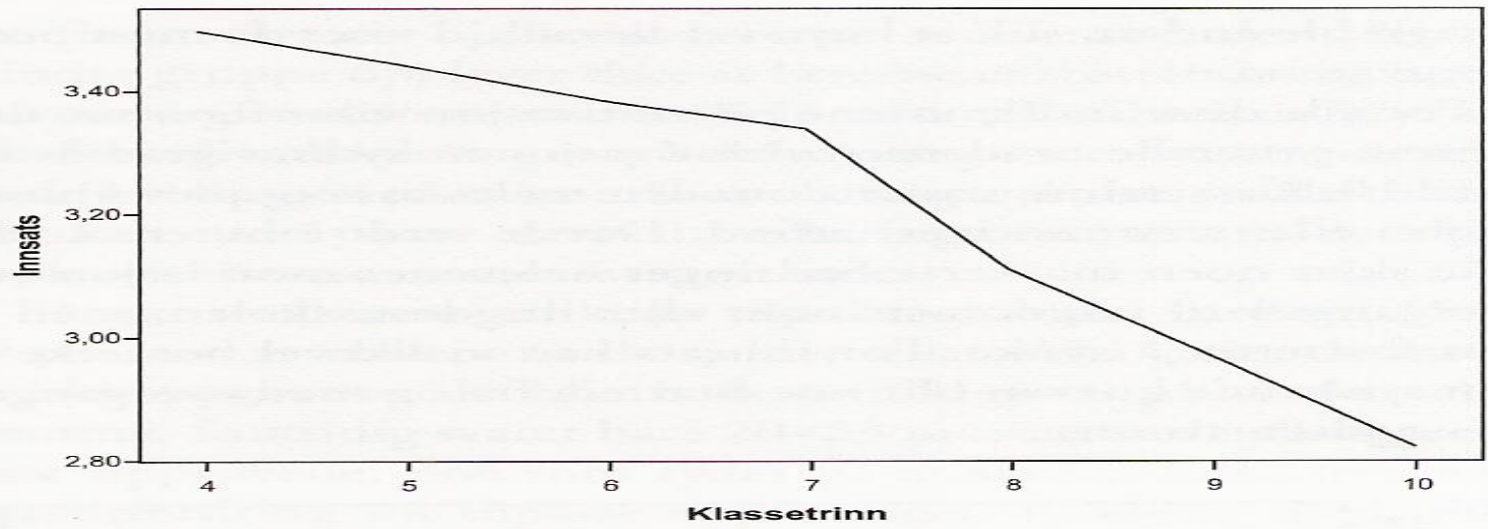
- ❑ Problemene med læringsmotstand starter slutten av tredje og på 4.trinn.
- ❑ Primært et guttefenomen. (ca 80%)
- ❑ Matematikk + skriftlig fremstilling
- ❑ Ingen sammenheng mellom læringsmotstand og intelligens.
- ❑ Handler mer om følelser enn om intellektuelle forutsetninger.

Motivasjon

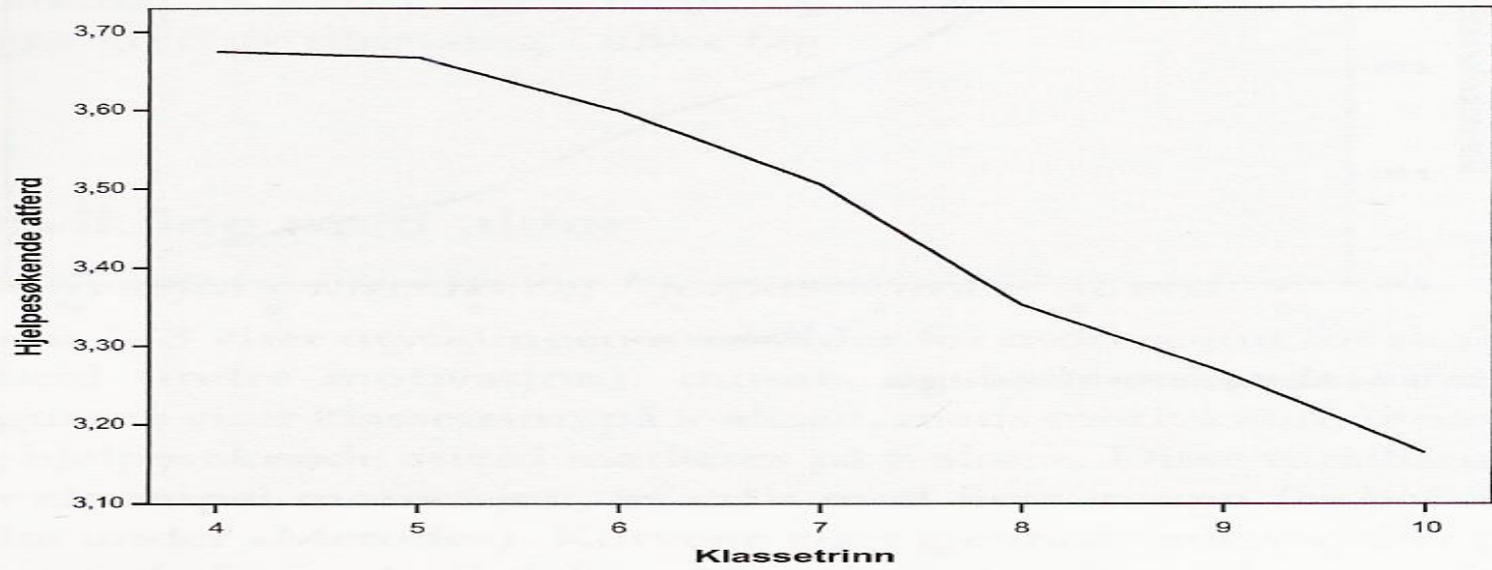
Ref. Skaalvik&Skaalvik :
motivasjon for skolearbeid, Tapir
2011

- 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

Elevundersøkelsen 2013

Interessert
i å lære

	Alle fag	Mange fag	Noen fag	Svært få	Ikke i noen	Negativ motivasjon
Generelt	40,9	38,01	17,11	2,64	0,74	3,38
Videregående	39,25	40,29	17,13	2,75	0,58	3,33
	Svært Godt	Godt	Nokså godt	Ikke noe særlig	Ikke i det hele tatt	
Generelt	12,14	43,36	31,31	10,45	1,73	12,18
Videregående	9,95	39,74	36,86	11,60	2,35	13,95

Hvor godt
liker du
skolearbeid

Motivasjon hos elever 16 år.

Ref. Thormod Øya , NOVA 2011

Som starter i 1
videregående

Ca 2/3 jenter

9.8 %

Topp motivert

34,6 %

Bra motivert

Ser ut til å øke.

31,6%

Noe
motivert/varierende
/for enkelte fag/for
lave ambisjoner

16,9%

Lavt motivert

7.1 %

Umotivert

Husk dette er
motivasjon og ikke
nødvendigvis
resultater, selv om
det ofte er en
sammenheng

75-80%
gutter

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

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.....

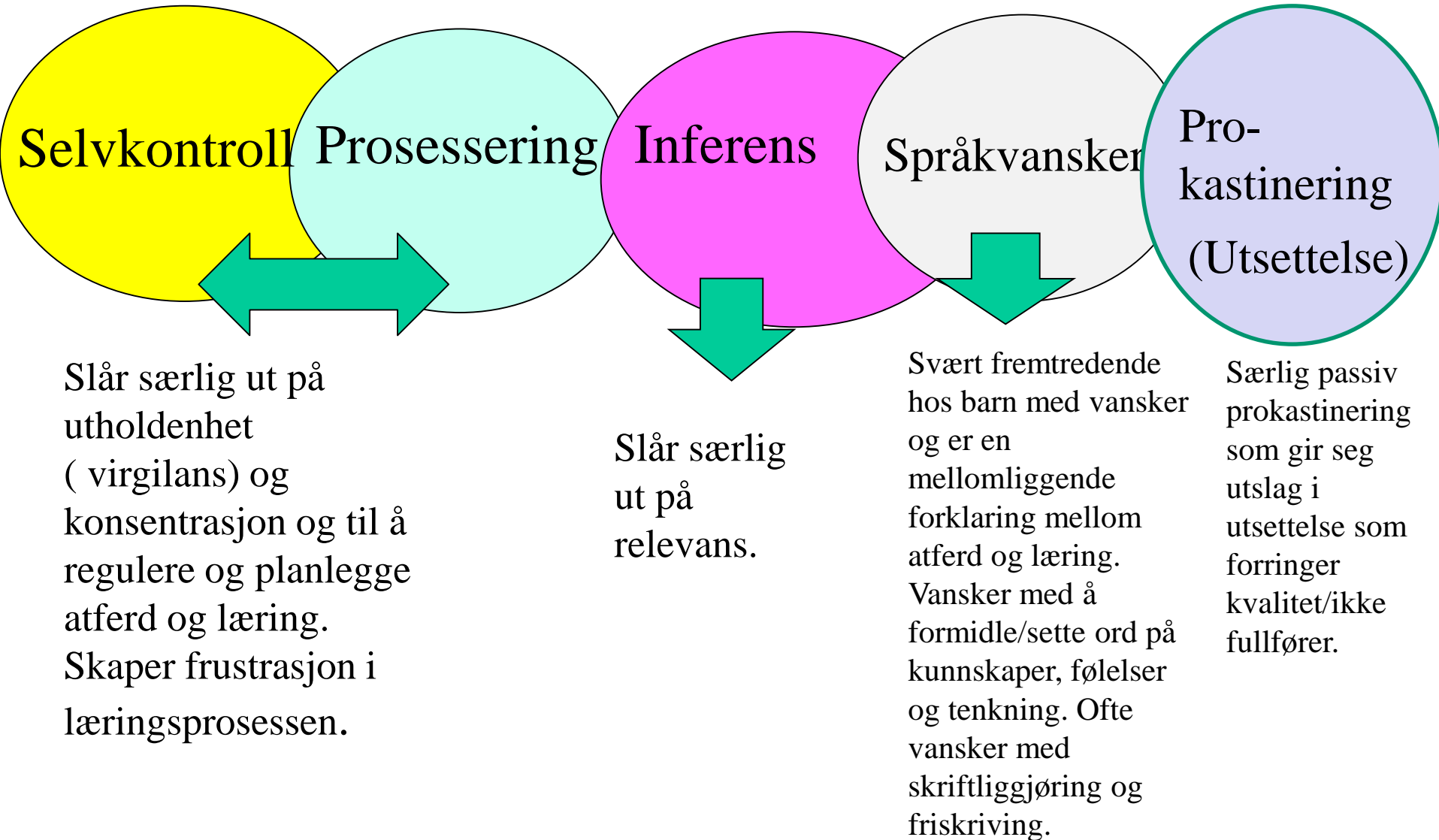
3. Kognitive dysfunksjoner

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
- 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



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
Angst-beredskap utvikles.

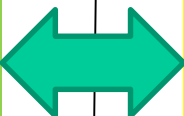
Selvverd trues. Forsvar av selvsverd starter. Forsvarpreget atferd manifesterer seg.

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



Å mestre
Å oppnå resultater

Suksess-søking

Aktiv kan være del
av suksess-søking
og prioritering

Å utsette
Å bli stresset
Å bli frustrert
Å utvikle angst
Å måtte forsvare seg
Å gi opp

Passiv utsettelse er en
klar del av
læringsmotstand

Nederlagsunngåelse

Utsettelse : **Prokastinering er et
sentralt element i læringsmotstand**

Selv- regulering

- Motivasjon
- Bruk av læringsstrategier
- Selvdisciplin
- Metakognisjon

Gode
arbeidsvaner

Manglende selvregulering

- Øyeblikksorientering
- Utsettelsesatferd
(prokastinering)

«Dårlige
arbeidsvaner»

To hovedtyper prokastinering

Aktiv :

Utsette noe til fordel for noe som er viktigere.

Strategisk strategi

Denne kan ha en positiv dimensjon i seg, men også for aktive så viser tendensen en lavere generell innsats og motivasjon enn for de som ikke utsetter.

Responderer bedre på stress og tidsfrister enn de passive. Optimisme preger tenkning.

Skårer høyere på motivasjon og målorientering enn de passive.

Har positive mestringsforventninger til å lykkes-til resultat-til at mine anstrengelser og strategier er virkningsfulle.

Viktige verdier : Å oppnå noe –achievement values. Tradisjonelle verdier- noe mer pliktorientering.

Passiv :

Utsetter og får ikke gjort noe

Blir stresset, pessimistisk, responderer dårlig på tidsfrister og press.

Skårer lavere på mestringsforventninger, motivasjon og målorientering.

Verdier : Well-being values.

(fornøyelse- sosiale aktiviteter- øyeblikkelig behovtilfredstillelse- spontanitet etc.) **Mer lystorientering.**

Akademisk prokastning

- Utsette utførelsen av oppgaver
- Ikke begynne på oppgaver
- Ikke levere i tide
- Ikke forberede seg
- Fylle tiden med alternative oppgaver (spill-sove-tv)

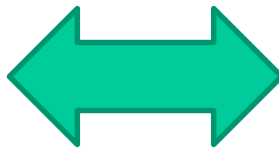
Oppgaver som eleven kjenner motvilje mot eller som ikke har en kortsiktig gevinst utsettes lettest og oftest.

Prokastinering og konsekvenser

1. Tidssløsing
2. Svake skoleprestasjoner
3. Økt stress

Klar sammenheng mellom :

Lave
mestringsforventninger



Prokastinering
(utsettelsesatferd)

To hovedtyper mestringsmotivasjon



Suksess-
søkere

Nederlags-
unngåere

Representerer den største
utfordringen i dagens skole.

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***

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)**

Mestringsmotivasjon

Mc Clalland & Atkinson, 53.

TS : Tendens til å søke
suksess gjennom
mestring.

$$TS - TF \\ = RM$$

TF : Tendensen til å
unngå nederlag og
mislykkethet.

RM :
Resultant
motivasjon

Når IF (driv mot TF)
er større enn IS (driv
mot TS) snakker vi om
negativ
mestringsmotivasjon.

Insentiv

I : Driv og
forventninger.

Mestringsvegring

For å kunne forstå en elevs mestringsvegring må vi ha 3 metaperspektiver :

1. Personvariabler : Karakteristika ved eleven.
2. Oppgavevariabler : Karakteristika ved oppgaven/kravet.
3. Strategivariabler : Karakteristika ved elevens mestringsstrategier

1. Eleven har med seg følelser og tidligere erfaringer inn i oppgaveløsningen.

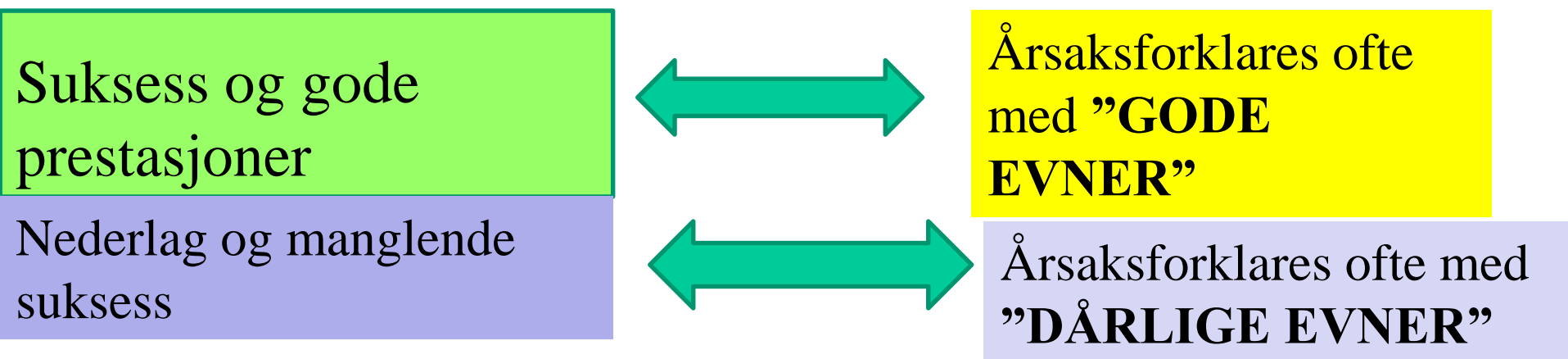
2. Eleven har kunnskaper om hvilke oppgaver han mestrer/ikke mestrer.

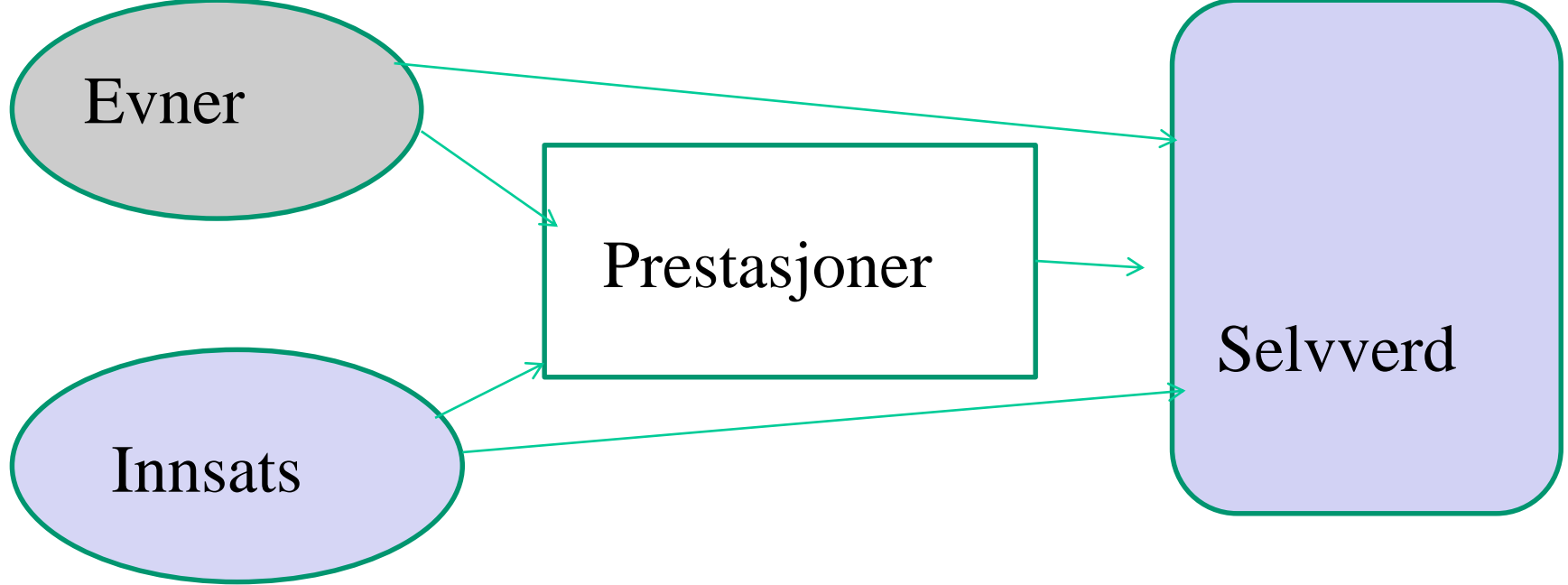
3. Eleven har strategier der han unngår eller utsetter ytelse for å redusere angst

Selvverdsperspektivet

Covingtons Selvverdsteori (1984 ,1992)

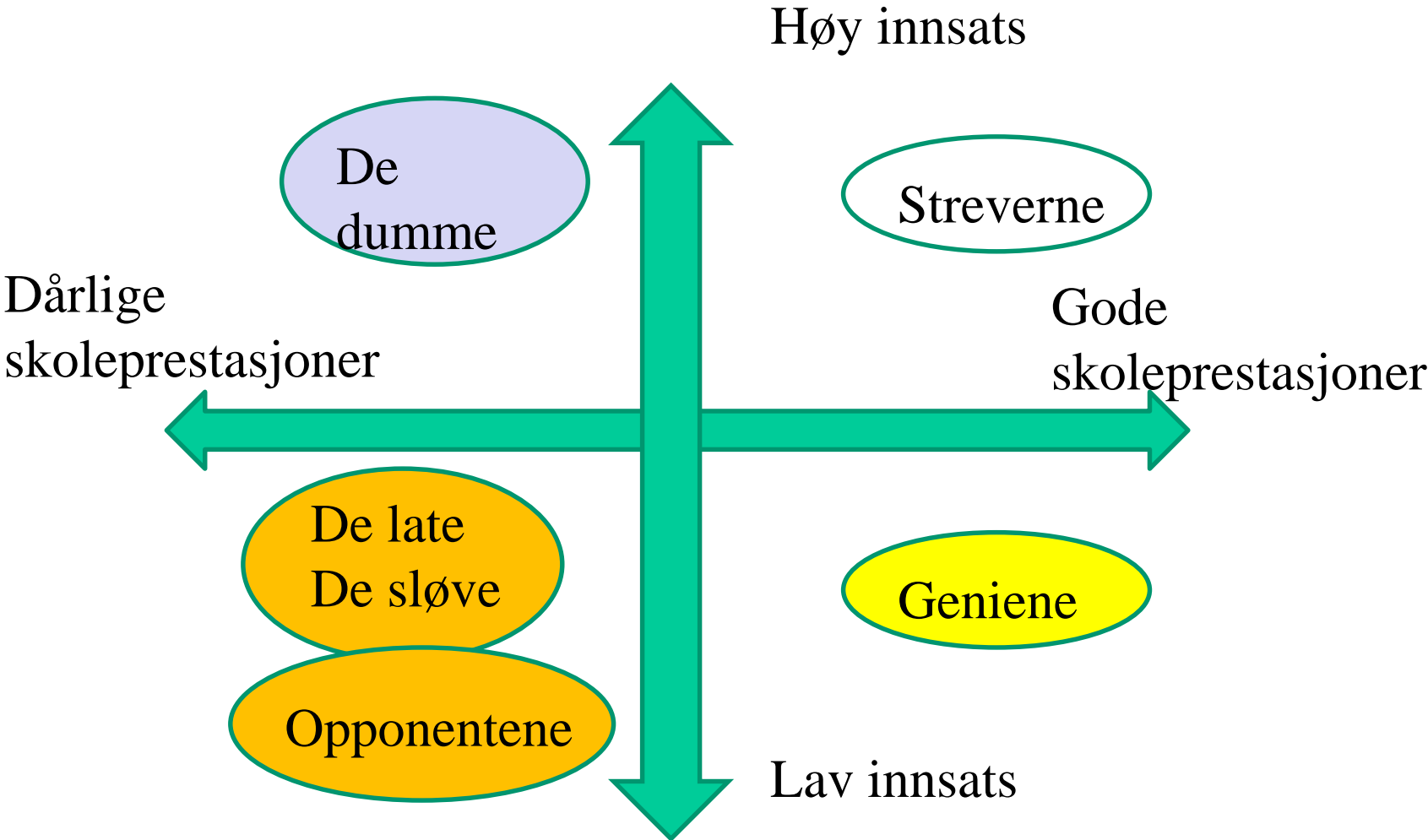
- Bygger på teorien om at :
 1. Alle mennesker har behov for å verdsette seg selv.
 2. Alle vil beskytte selvverdet sitt hvis det blir truet.
 3. Alle har behov for å forklare sine suksesser og nederlag (attribusjon)
 4. Alle har behov for et stabilt selvbylde enten det er positivt eller negativt. (selvkonsistensmotivet)



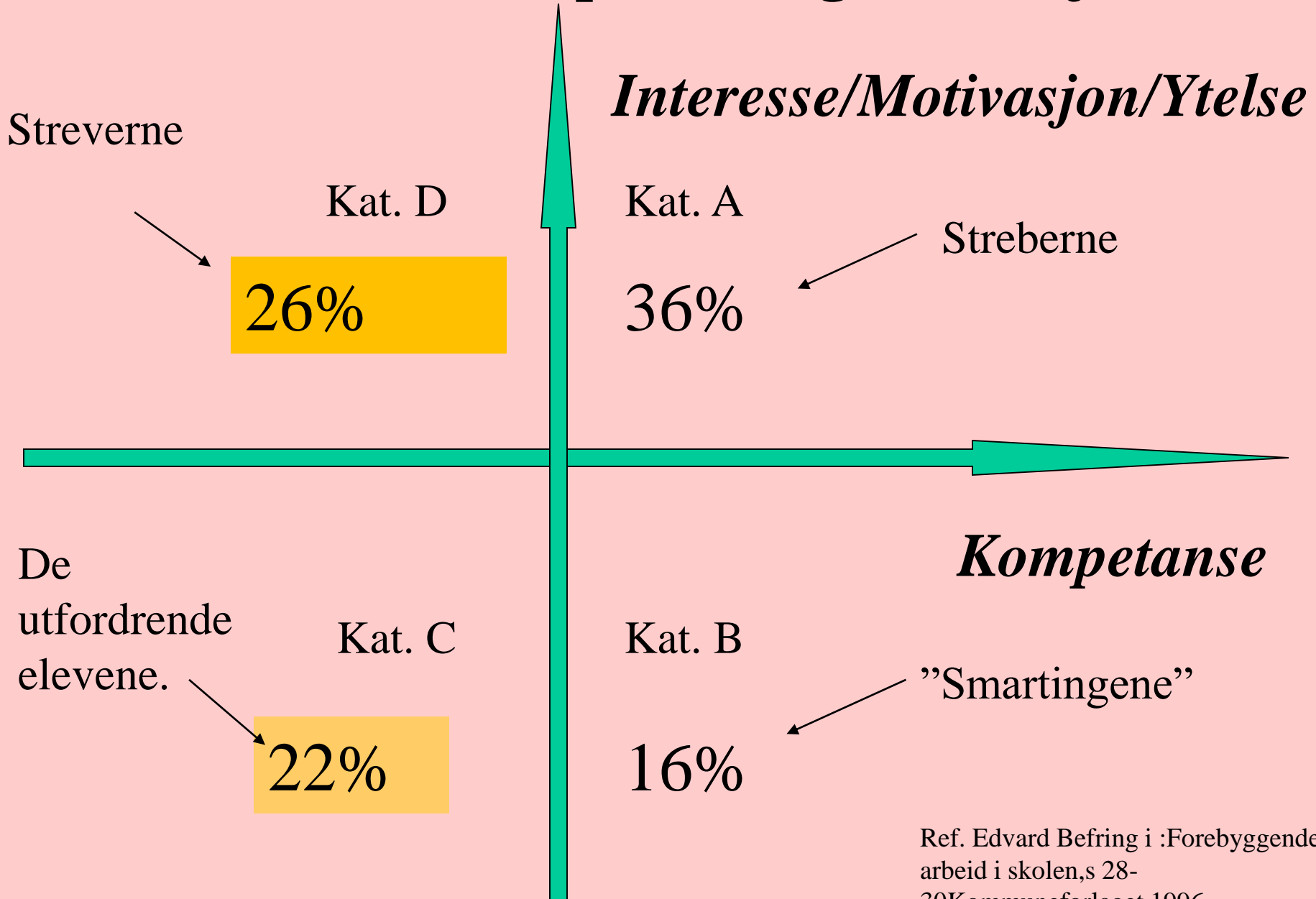


Hvordan vil jeg forklare mine nederlag og manglende prestasjoner i skolen?

Covingtons modell



Befrings matrise over **kompetanse og motivasjon.**



Ref. Edvard Befring i :Forebyggende arbeid i skolen,s 28-30Kommuneforlaget 1996.

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.

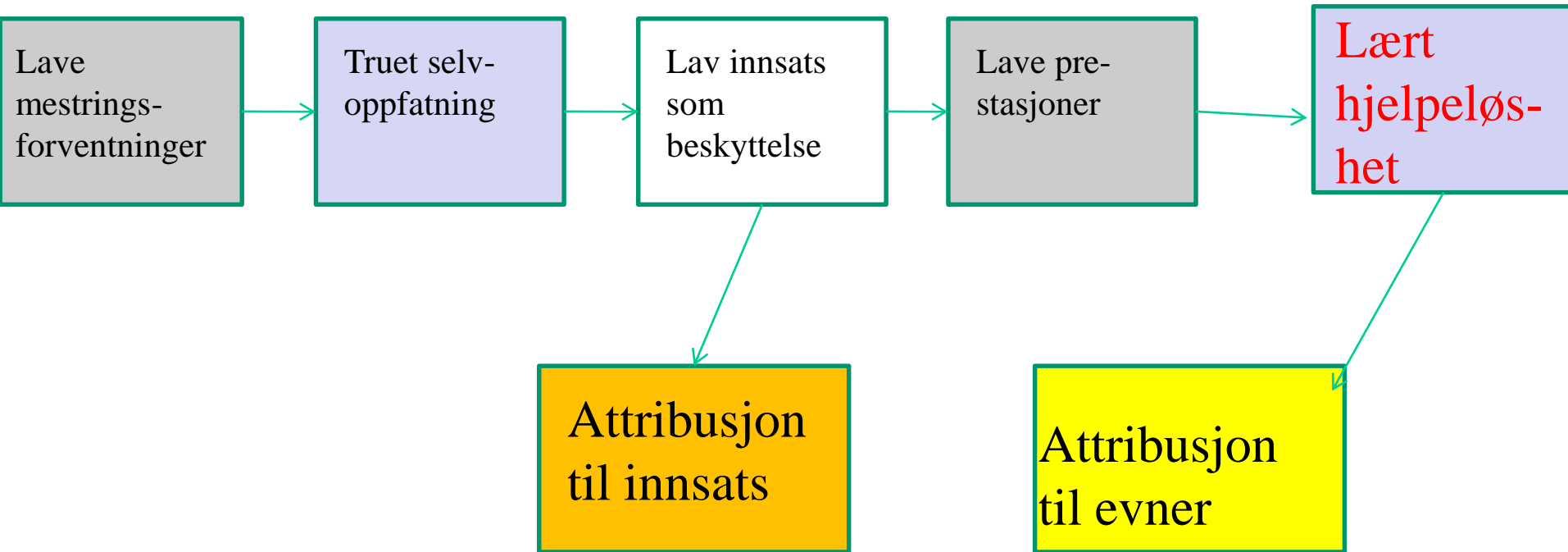
Selvbeskyttende strategier

- **Selektivt verdivalg** : Verdsette de områder der prestasjonene er gode og nedvurdere de områdene der prestasjonene er dårlige.
- **Selektiv tolkning** : Ting forklares, forstås tolkes på en slik måte at personen kan fremstå mer vellykket og positiv.
- **Selektivt valg av standard** : Å senke aspirasjonsnivå, endre mål og fokus.

- **Selektivt valg av referansegruppe** : Å måle seg mot andre personer enn tidligere, søke mot eller omgås de personer som kan opprettholde positiv selvvurdering.
- **Selektiv valg av situasjon** : Søke mot situasjoner og aktiviteter der vi blir vurdert positivt og bort fra situasjoner der vi kan bli vurdert negativt.

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.

Jenter og sårbarhet (fra 14 år +)



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 enstavelserord-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 kompetansemålene 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?

Elever med lav skolemotivasjon
der ofte lav relevans er
utfordringen.

For lavmotiverte er **tilpasset
opplæring** en sentral
innfalsvinkel sammen med
strukturert undervisning.

Læringsmotstand/

”Umotiverte elever”

Skårer høyt på angst

På vei mot skolefaglig nederlag
og depresjon.

For disse elevene er tilpasset opplæring
det ”skumleste som finnes” fordi
fallhøyden er stor.

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)
- ❖ Vil ikke ha spesielle opplegg.
- ❖ Vil ikke ut av klassen (f.eks i grupper,eneundervisning)

Generelt ved læringsmotstand

- Komme **nær eleven**, det relasjonelle.
- Utfordre elevens tenkning.
- Koble sammen innsats og læring. Se og erfare fremgang gjennom ytelse. NB!!!!!!
- Skape affirmasjoner (fremtidsbilder) gjennom tidsintegrasjon-fortid-nåtid-fremtid.
- Fra å forvente nederlag til gradvis å tro på at det nytter, forvente suksess. NB!!!!!!

.

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.

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.

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.

Sårbarhet-angst- depresjon i lys av læring

Høysensitive elever er noe annet enn de «sårbare» men med mange likhetstrekk ref. Psykolog Trond Haukedal

- Svært følsomme for ytre stimuli og blir lett overveldet av følelser.(blir gladere enn andre og tristere enn andre)
- Har et rikt indre liv og grubler mye.
- Reagerer svært på stress, mye lyd, på uro enten ved å selv bli urolig og bråkete eller ved å trekke deg tilbake i passivitet.
- Blir ofte fort fortvilet over urettferdighet.
- Blir ofte stille og ettertenksom. Drømmer seg bort.
- Bruker mye tid på å forstå.
- Har vanskelig for å skynde deg, er litt omstendelig.
- Tåler lite av motgang og konfrontasjoner.
- Er svært sensitiv overfor små signaler, blikk, stemning, kroppsspråk m.m.
- Blir lett såret og trekker deg unna.

Som lærer opplever du at denne eleven :

Må du være forsiktig med, ikke være for direkte med, gi dem tid, ikke mase på, leverer ofte dårlige og ufullendte arbeider, henger seg opp i små detaljer, tror at du ikke liker dem hvis du ikke hele tiden «ser dem» og «bekrefter dem»

Skolens møte med angst

- Skyhet-tilbaketrukkenhet
- Unngåelsesatferd
- Liten selvtillit, ikke profileres, redd for å dumme seg ut, passiv.
- Skolevegring
- Ukonsentrert, trett, gråter, hodepine, mage etc.
- Bekymringer (helse, skoleprestasjoner, ulykke etc)
- Rigiditet/ritualer

Elev og menneske, Nina B.J.
Berg , Gyldendal akademisk
2005

Skolens møte med depresjon

Elev og menneske, Nina B.J. Berg , Gyldendal akademisk 2005

- Tristhet, håpløshet, verdiløshet
- Indre uro
- Tomhet, irritabilitet
- Tretthet, angel på energi
- Manglende interesse og initiativ
- Pessimisme, hjelpeløshet.
- Konsentrasjon/hukommelsesproblemer.
- Beslutningsvegring
- Psykosomatikk, svimmelhet ,hodepine, mage etc. manglende appetitt.
- Negativt tankekjør
- Selvmordstanker