



Selvkontroll

- Klassemiljø, medvirkende prosess.

Fra en plakat på veggen til en verdi klassen styrer etter.



Tenk hva som kan skje når barn blir aktive deltagere i å skape et raust, varmt og inkluderende klassemiljø der ALLE tar ansvar for ALLE.

Gjennom medvirkende prosesser stiger den indre motivasjonen til å engasjere seg og aktivt ta del i klassemiljøutviklingen.

Det handler i stor grad om de ansattes evne til virkelig å engasjere seg i hvordan alle har det og ta barns tanker, ideer og forslag på alvor.

Her kommer fire viktige punkter å tenke gjennom og ta med i forberedelsene:

- Spørsmålene vi stiller er viktig. Vi har laget et utkast, men bruk gjerne dine egne og tenk oppfølgingsspørsmål.
- Anerkjenn og vise interesse for tanker og ideer elevene har.
- Regissere samtaler som gjør alle til aktive deltagere (IRP).
- Holde ut. Prosesser krever tid og hyppig oppmerksomhet.

Vi ansatte må tillate oss å trene og av og til gjøre feil på samme måte som barn heller ikke får til alt de ofte verbalt ønsker å gjøre.

I en prosess kan alt endres underveis når man blir enige om det. Det er viktig å holde fokus på og etterspørre positive erfaringer. Det vi holder mye fokus på får vi mer av.

NB! Vi må ta utfordringer og utenforskap på største alvor og ha med oss tanken og holdningen at ALLE har ansvar for at ALLE har det bra.

Metodebeskrivelse

Her er beskrevet en prosess fra A til L. Du kan bruke hele eller deler av den. Gjør det på din måte, ut ifra dine erfaringer og de elevene du skal gjøre det sammen med.

Vi tar som utgangspunkt at dere har jobbet litt med karakteregenskapen **selvkontroll** i forkant enten gjennom samtaler eller via tegneoppgave.

For mye selvkontroll: Barna får i oppgave gå til en del av klasserommet eller uterommet (kan også gjøres tenkt ved pulsten, men har gode erfaringer med fysisk forflytning). Be de forestille seg at her i denne delen av rommet blir det vist alt for mye selvkontroll. La elevene ta korte samtaler med sidemannen og med små innspill i plenum (IRP).

- A. På hvilken måte kan en vise for mye selvkontroll? Hva gjør eller sier man da?
Hvordan tror du det er å være på et sted der alt for mange viser alt for mye selvkontroll? Hvilke tanker og følelser kan du få?
- B. Hvordan er det å lære i et klasserom der alt for mange viser alt for mye selvkontroll?
- C. Hvis man har det slik over lang tid, hva tror du det kan føre til? (for deg, for klassemiljøet, for læring osv.)

For lite selvkontroll: Be så barna gå til motsatt ende av rommet. Be de forestille seg at her er det alt for lite eller overhodet ingen selvkontroll.

La elevene føre korte samtaler med sidemannen og med små innspill i plenum.

- D. Hvordan kan det se ut når ingen viser selvkontroll?
Hvordan tror du det er å være et slikt sted? Hvilke tanker og følelser kan du få av å være et sted der du opplever at det er lite eller helt mangel på selvkontroll?
- E. Hvordan tror du det er å lære i et klasserom der det vises svært lite selvkontroll?
- F. Hva tror du det kan føre til på lengre sikt hvis en går i en klasse der det vises svært lite eller ingen selvkontroll (for deg, for klassemiljøet, for læring)?

Nå nærmer vi oss at elevene begynner å definere hvordan de ønsker at selvkontroll skal se ut i deres klasse.

Passe med selvkontroll: Be så elevene gå til midten av rommet. Be de forestille seg at her blir det vist passe med selvkontroll og selvkontroll på gode måter.

- G. I hvilke situasjoner tenker dere det er viktig å vise selvkontroll? Er det situasjoner der det kanskje ikke er ønskelig?
Hvordan kan god selvkontroll se ut? Hva sier og gjør vi når vi viser selvkontroll på en god måte?
Liten samtale der de står to og to, litt i plenum.

- H. Elevene går så til plassen sin og skriver ned tanker og ideer de har når det gjelder konkrete handlinger man kan gjøre når en skal vise selvkontroll på en god måte.

- I. Alle tanker og ideer elevene har samles i et tankekart eller på en plakat.

Konkret planlegging:

- J. Nå skal vi finne ut hva vi skal gjøre her i klassen for at selvkontroll skal utøves på gode måter. Lista eller plakaten med en mengde gode tips og ideer kan redigeres. Da kan en gå en liten runde der en rydder og legger litt like forslag i sammen.

NB! Alle ikke utsagn vendes til hva man ønsker skal skje. Når det f.eks. kommer innspill om at vi ikke rope stygge ting eller bli sinte, så kan følgende oppfølgingsspørsmål stilles: Hvordan ønsker du at man gjør? Disse utsagnene kan så skrives ned. Det har større effekt å holde fokus på det vi vil oppnå enn det vi vil unngå.

- K. Når en revidert liste er klar kan man foreta en høytidelig avstemming med mål om å ende opp med 4 – 6 konkrete gjennomførbare tiltak. Disse bør lages på en fin plakat og henge synlig der elevene oppholder seg. Kanskje noen trenger det som en påminner på pulten sin også.
- L. Da starter veien mot målet. Klassen kan velge ut en ting de felles skal trene på. I tillegg kan hver elev velge ut en ting de ønsker å trene på. Det skrives opp og en starter litt samtaler om hvordan de kan hjelpe og støtte hverandre for å klare det. Ingen er perfekte. Vi kommer til glemme oss. Da trenger vi påminning, hjelp og støtte.

Klassen har nå gjennom en medvirkende prosess bestemt hva og hvordan man skal jobbe mot et klassemiljø der selvkontroll blir utført på en god måte. Nå starter det viktigste arbeidet. Det må holdes liv i det klassen har bestemt. Vår erfaring er at dette gjøres best ved hyppig oppmerksomhet. Man trenger ikke sette av hele timer for å løfte gode eksempler, episoder, refleksjoner rundt status osv., men små og hyppige samtaler i starten av timen, midten eller før man går ut til friminutt.

Vi har lagt inn et eksempel på refleksjon rundt status, **skalering**, men viktigst av alt er at du finner din vei ved bruk av styrkefokus, medvirkning, anerkjennelse og relasjonsfokus. Gi både deg selv og elevene anledning til å trene og også feile. Her ligger det mye læring.

Vi opplever at det er viktig at det er noe synlig i klasserommet, på pulten el. Som minner elever og ansatte på hva vi har som hovedfokus nå.