

Tydliggörande pedagogik – bygg bort hinder och skapa ett fritidshem för alla elever

David Edfelt

Leg psykolog & författare, provivus.se

HANDLEDNING, UTBILDNING & UTVECKLING



Tipsbanken

provivus.se

Välkommen till Tipsbanken

Tipsbanken är en portal för pedagogisk personal som samlar tips, råd och idéer för att öka lärande och välmående för elever som möter utmaningar i skolans vardag.

Pedagoger har delat med sig av tips och idéer i samband med vår utbildning VIS - Verksam i skolan. Här ligger hundratals förslag på vad man som pedagog kan göra. Vi har satt in tipsen i ett sammanhang och delgivit våra kunskaper och erfarenheter som psykologer.

Kommer du på nya saker som du vill tipsa om finns möjlighet att göra detta. Vi förbehåller oss rätten att själva avgöra vilka tips som ska införas och när.

6 områden:

- Tiden
- Saker
- Koncentration
- Självständigt arbete
- Känslor
- Sociala situationer

7 underrubriker:

- Inledning
- Struktur och rutiner
- Miljö
- Hjälpmiddel
- Vad pedagogen kan göra
- Vad du som elev kan göra
- Vad du som förälder kan göra

provivus.se

Tiden - Struktur och rutiner

En tydlig struktur ramar in dagen, lektionen, momentet och skapar ett sammanhang. I de lägre åldrarna har många barn svårt med tidsoppfattningen och pedagogerna måste då lösa eleven genom dagen i större utsträckning än när de blir äldre. I högre åldrar förstås eleverna vara mer självständiga. För sen ankomst, dålig planering, misslyckande med läxor och uppgifter som ska göras till en viss dag kan vara tecken på att eleven har svårt med tidsoppfattningen.

Rutiner

Färdiga rutiner kan vara betydelsefulla för elever som har svårt med tiden. När det finns förutspåbarhet behöver eleven inte använda mental energi till att fundera över vad som kommer att hända näst. Bland är ständiga frågor om hur lång tid det är kvar till något en signal om att eleven har svårt med tiden. En tydlig struktur är bra för alla elever men en del behöver det mer än andra.

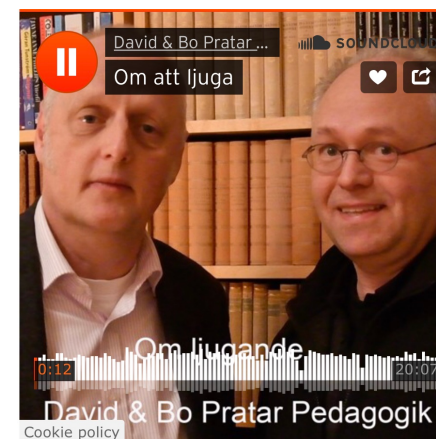
Tydlig tidsram

En klar tidsangivelse, med såväl början som slut och kanske även medmål så att varje moment har en klar tidsram, är stödjande. Graden av specificering beror på ålder och behov. För vissa elever kan det hjälpa att ha en egen planering där de kan se var de befinner sig i ordningen och se vad som står kvar.

PRAKTISKA TIPS

- Rama in tiden med tydlig början och tydligt slut.
- Dagens schema skrivet på tavlan med tidpunkter och klockslag i form av inplastade små klockor (så att eleverna ser hur klockan ser ut när det är rätt eller lunch osv)
- Dagplanering (se med bilder) så att eleverna kan se vad som händer under

Podd: David & Bo pratar pedagogik



En del av rubrikerna:

- Engagemang
- Tysta barn
- Skam
- Nyfikenhet
- Tassande
- Ansvarsprincipen
- Undervisning i förskolan
- Inklusion
- Väld
- Belöning
- Pedagogiskt kapital
- Affektsmitta



Förväntningar på eleverna

- Intresserade
- Nyfikna
- Vilja lära sig
- Vara schyssta emot varandra
- Sitta stilla
- Vara koncentrerade
- Fråga när de inte förstår
- Kunna arbeta självständigt
- Ta initiativ
- Räcka upp handen
- Ha koll på tiden
- Ha med sig gympakläder
- Vara glada
- Ha ätit på morgonen
- Vara motiverade
- Bra hygien
- Bidra till god stämning
- Ta lagom med mat
- Inte springa i korridoren
- Plocka upp efter sig
- Lämna in läxorna i tid
- Inte retas, mobbas, slåss mm
- Vara rädd om sina böcker
- Ha med sig papper, penna och skolmaterial
- Hålla ordning på sina kläder
- Inte hålla på med mobilerna
- Duscha efter gympan

6

Socialt samspel

- Läsa av andra och förstå deras intentioner
- Bromsa och vara uppmärksam på andra
- Föreställa sig saker i huvudet (om jag... så du...)
- Komma överens, ge och ta
- Hantera mycket information samtidigt
- Ändra sig smidigt
- Anpassa sin egen idé till andras

Bild: Helena Shutrick

Lyssna

Hörsel

Vara fokuserad

"Vara stilla"

Förståelse

Språk

Tolka social kommunikation

Turtagning...

Intresseväckande

Engagerad

Relation

Ljud

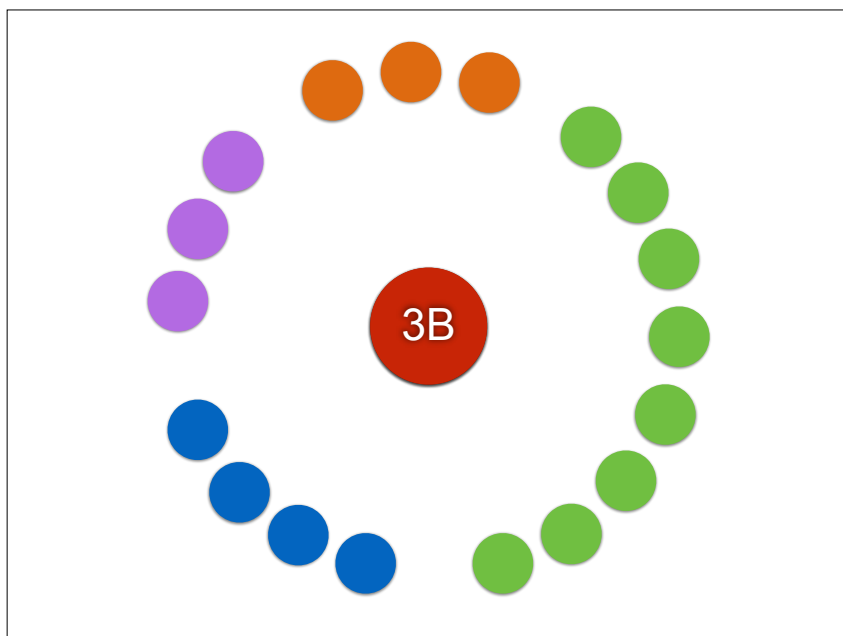
Ljus

Syre

Innehåll

Tid...

Bild: Helena Shutrick



Vanliga kritiska situationer

Förflyttningar	Hålla reda på saker, tiden...
Förändringar	Använda lagom mycket tid
Eget ansvar	Växla mellan olika aktiviteter
Nya personer – vikarier	Handskas med frustrationer
Koncentrera sig på en sak i en stimulansrik miljö	Stå ut med "tråkiga" uppgifter
Fri lek, grupparbete, umgänge	Vänta på sin tur
Schemabrytande aktiviteter	<i>mm mm</i>



Exekutiva funktioner

Organisera
 Planera
 Prioritera
 Hämma impulser
 Kontrollera affekter
 Tidsuppfattning
 Arbetsminne mm

11

Kan inte

Kan med hjälp

Kan



Handlingar vid överkrav

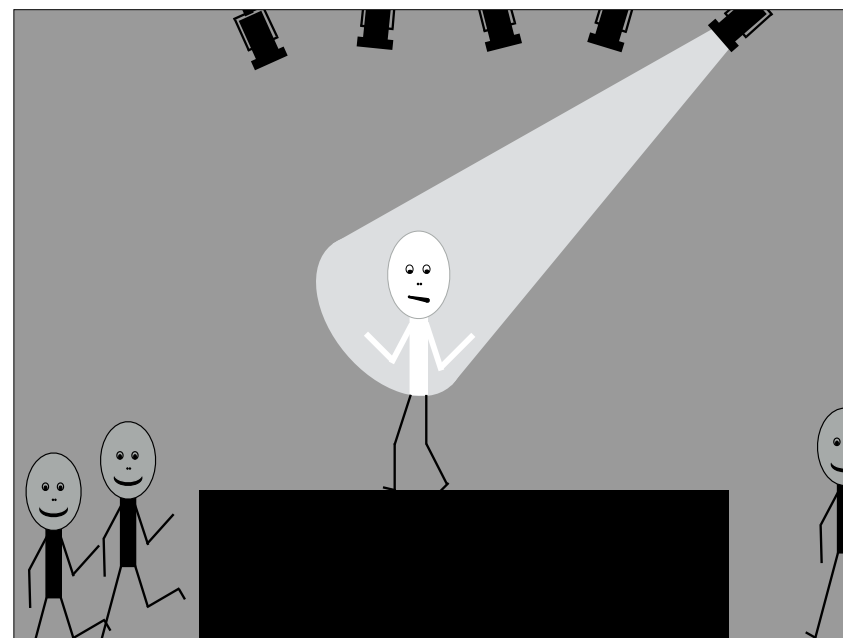
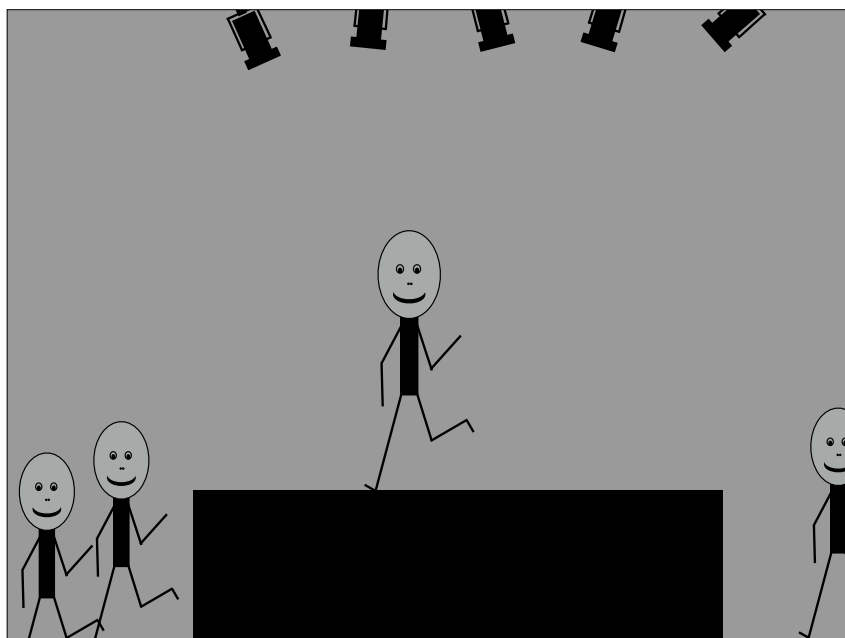
Negativa

Gå därifrån, skrika, spela pajas, slåss, pillra på andra, lägga huvudet på bänken, göra ljud, kasta saker, slänga ur sig tillmälen, springa iväg, hoppa omkring, gå på toa, bli passiv, prata med en kompis, vässa pennan, vända sig om, riva sönder saker, gå omkring, lägga sig under bordet, titta ut genom fönstret, säga fula ord/svåra, dra någon i håret, banka med benet mot bordet, rulla runt på golvet, ta andras saker, klättrar omkring, dra igång andra...

Positiva

Be om hjälp, säga att det är svårt, kolla på någon och göra lika, försöka lite till, göra något annat konstruktivt under tiden...

Vårt viktigaste verktyg:
Nyfikenheten

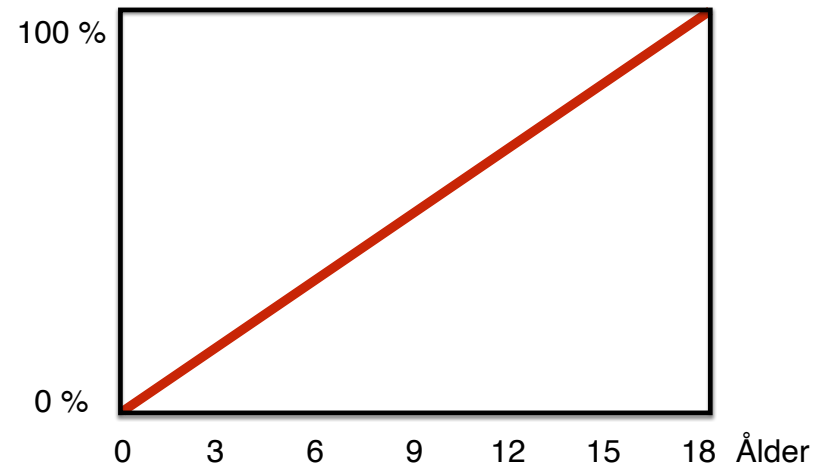


Ansvarsprincipen

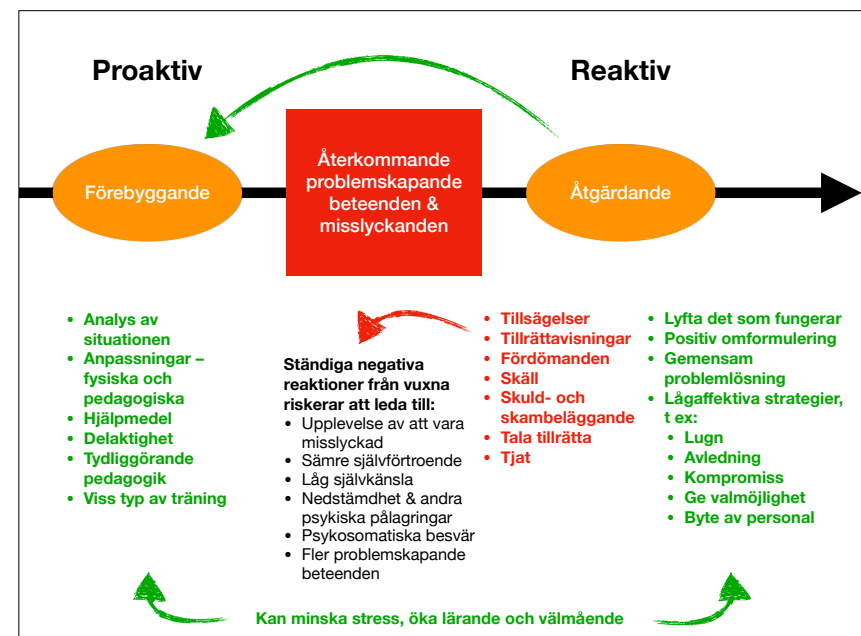
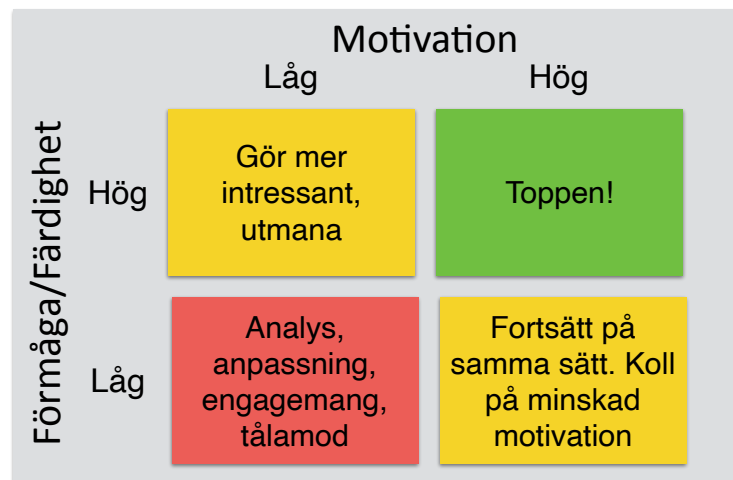
"Den som tar ansvar kan påverka"

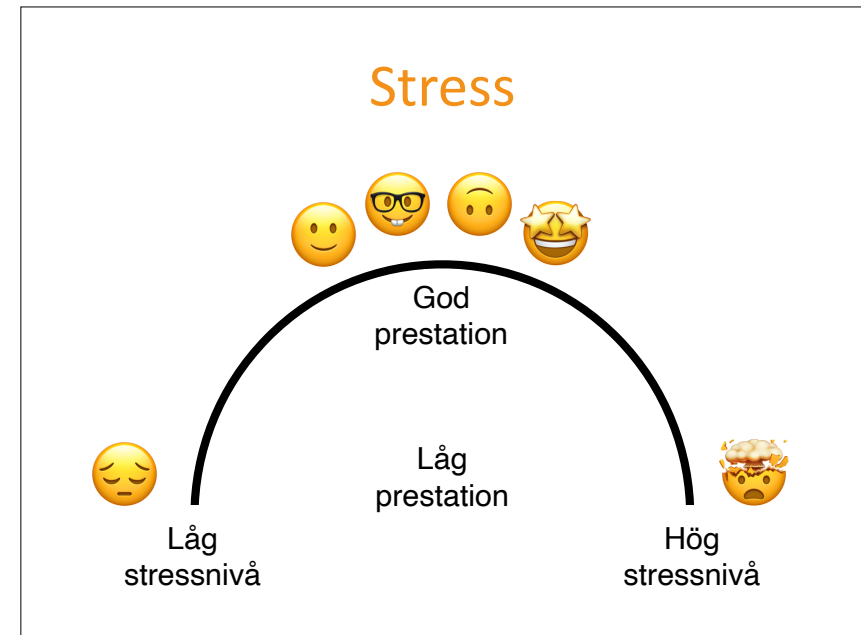
Bernard Weiner

Ansvar Pedagogen/skolan 100% ansvarig



Skolans största utmaning





Autonoma nervsystemet

Sympatiska nervsystemet



- Alarmreaktion: kamp/flykt
- Adrenalin, noradrenalin, kortisol ökar
- Hjärtfrekvens ökar
- Andningen, blodtryck & puls ökar
- Matsmältning minskar
- Svetteas för att kyla ner kroppen
- Mindre känslig för smärta



Parasympatiska nervsystemet

- Hjärtverksamheten minskar
- Blodtrycket sjunker
- Må-bra-hormon ökar (oxytocin)
- Matspjälkningsapparaten stimuleras



Tänk på en situation under senaste veckorna när du blivit arg, stressad, irriterad.

Lista:

- Hur kändes det i kroppen?
- Hur handlade du då?

Känsla i kroppen, vuxna

- Spänd i kroppen
- Darrig
- Hjärtklappning
- Röstens höjs
- Sur
- Huvudvärk
- Ledsen
- Svårt att tänka
- Tunnelseende
- Ljuskänslig
- Ljudkänslig
- Illamående
- Illska, rasande
- Irriterad
- Svårt att andas
- Svettig
- Envis
- Tappar tålamodet
- Uppgivenhet
- Adrenalinet ökar
- Pulsen ökar
- Varm
- Rädd
- Biter ihop
- Besviken
- Ångerfull
- Klaustrofobisk känsla

25

Handlingar, vuxna

- Pratar fortare
- Yviga rörelser
- Kastar saker
- Springer iväg/ut
- Knuffar undan
- Höjer rösten
- Svär
- Säger saker man ångrar/kränker någon
- Hotar
- Stänger ner
- Väntar ut
- Bröstar upp sig
- Blir fysisk
- Gråter
- Försöker behålla lugnet
- Vänder ryggen till
- Ignorerar
- Slår i bordet
- Irrar runt
- Snabba rörelser
- Aggressiva handlingar
- Speglar den andre känslomässigt
- Blir tyst
- Avleder

26



ONSDAG

Varför?

Vad?

Var?

Hur?

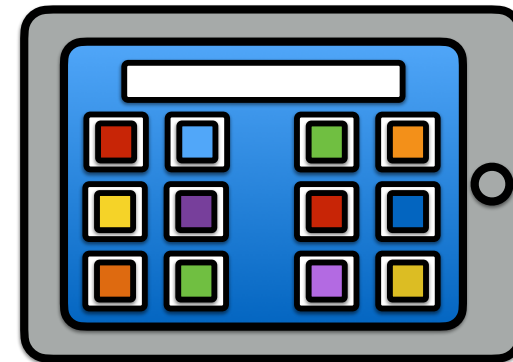
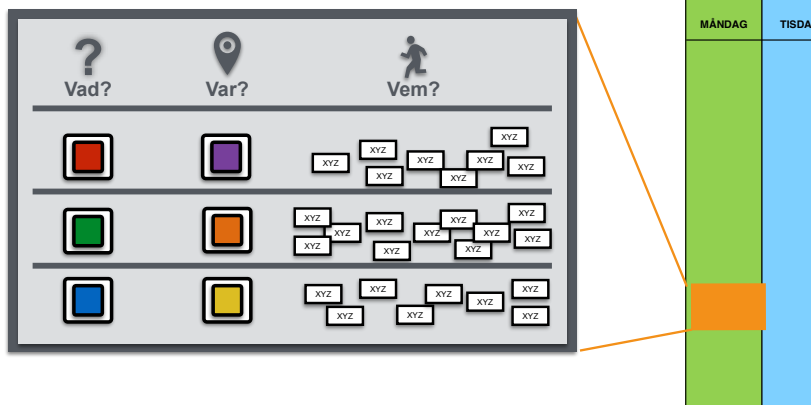
När?

Med vem?

Sedan?

MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG

28



Sensorisk överkänslighet
Intrycksallergi
Intryckssanering
Intrycksrond med eleverna



33

Intryckssanera

Hörsel/ljud: lysrör, element & ventilation som låter, trafik, prat och stoj, stolar som skrapar...

Åtgärder: Tyst ventilation, isolerade fönster & dörrar, tassar på stolar, dämpning på bänklöck och skåpsluckor, gardiner, stoppade möbler, väggklockor som inte låter

Syn/ljus: belysning, starkt solljus, mycket saker på väggar & olika ytor, rörelse från människor och maskiner

Åtgärder: Bra belysning som kan regleras (inga flimrande lampor), inget annat på väggen där whiteboarden är, frostat glas om det är rörelse utanför, tillåt keps/luva

34

Intryckssanera

Känsel: trängsel, beröring, hur kläder sitter, värme/kyla, matens konsistens

Åtgärder: minska trängsel, tänk på hur du tar på eleverna, diskutera med föräldrar till barns om störs av sina kläder, bra inomhustemperatur, behovskost

Lukt: matsalen, toalett, idrottssal/omklädningsrum, parfym (allergi)

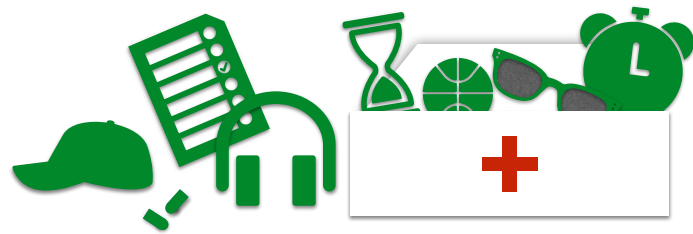
Åtgärder: God ventilation, städade toaletter, möjlighet till avskärmning i duscharna efter idrotten, parfymförbud

35

Gå en intrycksrond med eleverna

36

Hjälpmedel



37

