

Traumebevisst håndtering i klasserommet

- hvordan kan skoler tilrettelegge
opplæring for elever med
komplekse traumer?

SEPTEMBERKONFERANSEN 2019

CAMILLA BERNHARDT-MELIN

Disposisjon for presentasjonen

- Kort om begrepet utviklingstraumer og konsekvenser det har for skolens arbeid
- Hvordan konsekvenser av utviklingstraumer/ komplekse traumer kan komme til uttrykk i klasserommet
- Kjennetegn på et traumebevisst klasserom
- Tilrettelegging i klasserommet
- Skolen som tilrettelegger
- Tverrfaglig samarbeid



Bilde,
priv.

Trygghet, relasjon og regulering/ mestring- de tre grunnpilarene i traumbasert omsorg.

Dette, sammen med traumeforståelse, kunnskap om toleransevinduet og evnen til å se bak barnets atferd, danner rammen rundt presentasjonen i dag.

Thomas og jeg... og en kollega

En fortelling fra hverdagen

En felles forståelse? Hva
ser vi egentlig når vi ser?



Bilde; priv.

Utviklingstraumer som begrep

Utviklingstraumer:

Gjentatte traumebelastninger over tid sammen med manglende andre-regulering eller reguleringsstøtte

I tillegg: Manglende positive grunnleggende erfaringer

(Nordanger og Braarud, 2018)

Dette medfører et fokus også på hvordan kompensere for manglende erfaringer- ikke kun et fokus på bearbeidelse eller reparasjon av skader påført av traumer. Hvor kan man best kompensere for manglende grunnleggende erfaringer?

Betydning for lærere og skole?

Snakker vi om psykiatri eller pedagogikk?

PÅSTAND ELLER MÅLSETTING OM DU VIL:

En slik forståelse av utviklingstraumer, innebærer at konsekvenser av utviklingstraumer er å anse som et pedagogisk anliggende på lik linje med andre utfordringer som kan være til hinder for læring, som dysleksi, prosesseringsvansker, språkvansker og ADD.

Altså er utviklingstraumer også å betrakte som et pedagogisk tema.

Hva er skolens mandat?

Lov om grunnskolen:

«Elevane og lærlingane skal utvikle kunnskap, dugleik og holdningar for å kunne meistre liva sine og for å kunne delta i arbeid og fellesskap i samfunnet. Dei skal få utfalde skaparglede, engasjement og utforskartrong.» (§ 1-1)

Læreplanen K-06, overordnet del:

«Skolen har både et danningsoppdrag og et utdanningsoppdrag.»

«Opplæringen skal gi elevene et godt grunnlag for å forstå seg selv, andre og verden, og for å gjøre gode valg i livet. Opplæringen skal gi et godt utgangspunkt for deltakelse på alle områder innenfor utdanning, arbeids- og samfunnsliv»

Konsekvenser – hva ser vi i klasserommet?

Tilknytningsvansker og relasjonelle vansker

Kroppslige smerter, sykdom (psykosomatikk)

Reguleringsvansker

- Fysiologisk og motorisk (kroppslig uro, sult, temperatur, sensitivitet)
- Søvn
- Følelsmessig
- Atferd – overaktivering/ underaktivering

Høy alarmberedskap og trusselorienterte

Konsentrasjon/ oppmerksomhet

Hukommelse

Selvbylde/ selvfølelse

Dissosiering

Med den som sitter ved siden av deg:

- Hvordan kan en god skoledag for en elev med utviklingstraumer se ut?

Et traumebevisst klasserom

Voksne som har grunnleggende traumeforståelse og kunnskap om konsekvenser for læring

Traumebasert omsorgs tre grunnpilarer: Trygghet, relasjon, regulering (Bath, 2008)

Mestring

Autoritative voksne (Baumrind)

Se barnet innenfra – seg selv utenfra (Brandtzæg, Torsteinson og Øiestad, 2016)

Aktivt relasjonsarbeid

Reguleringsstøtte

Trygt klassemiljø

- Eleven må vite at det er trygt å være på skolen- for alle i elevens liv (sikkerhet)
- Et trygt læringsmiljø: inkluderende, fravær av krenkelser, opplevd likeverd, trygg elev-lærer relasjon, trygge jevnalder-relasjoner

Eksempler på verktøy som brukes i skolen i arbeid med klassemiljø

LINK

Det er mitt valg

Zippys venner

Steg-for steg

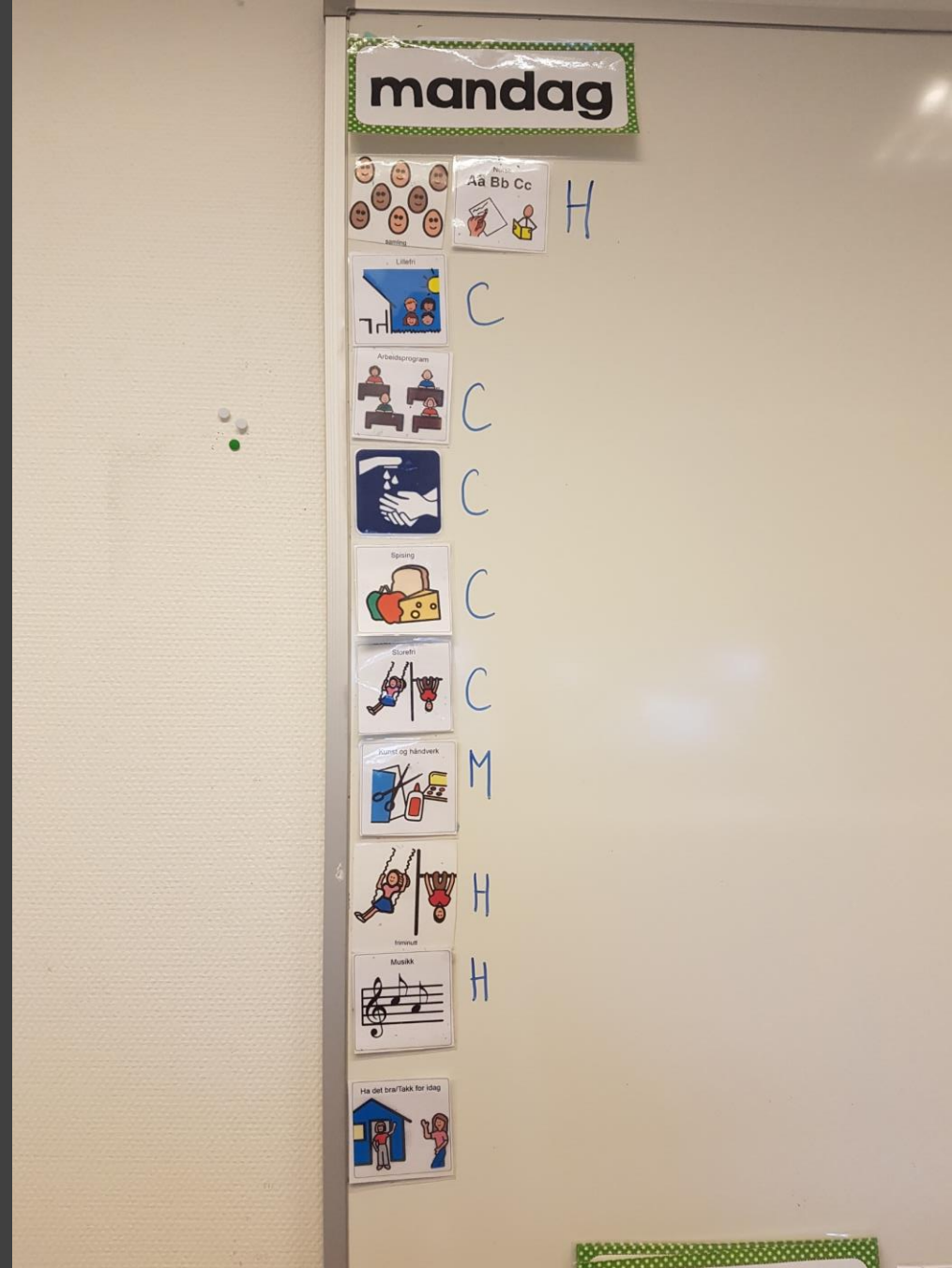
RESPEKT (skole)

PALS (skole)

Ulweus (skole)

Kontroll og forutsigbarhet

- Månedspan
- Ukeplan
- Dagsplan
- Arbeidsplan



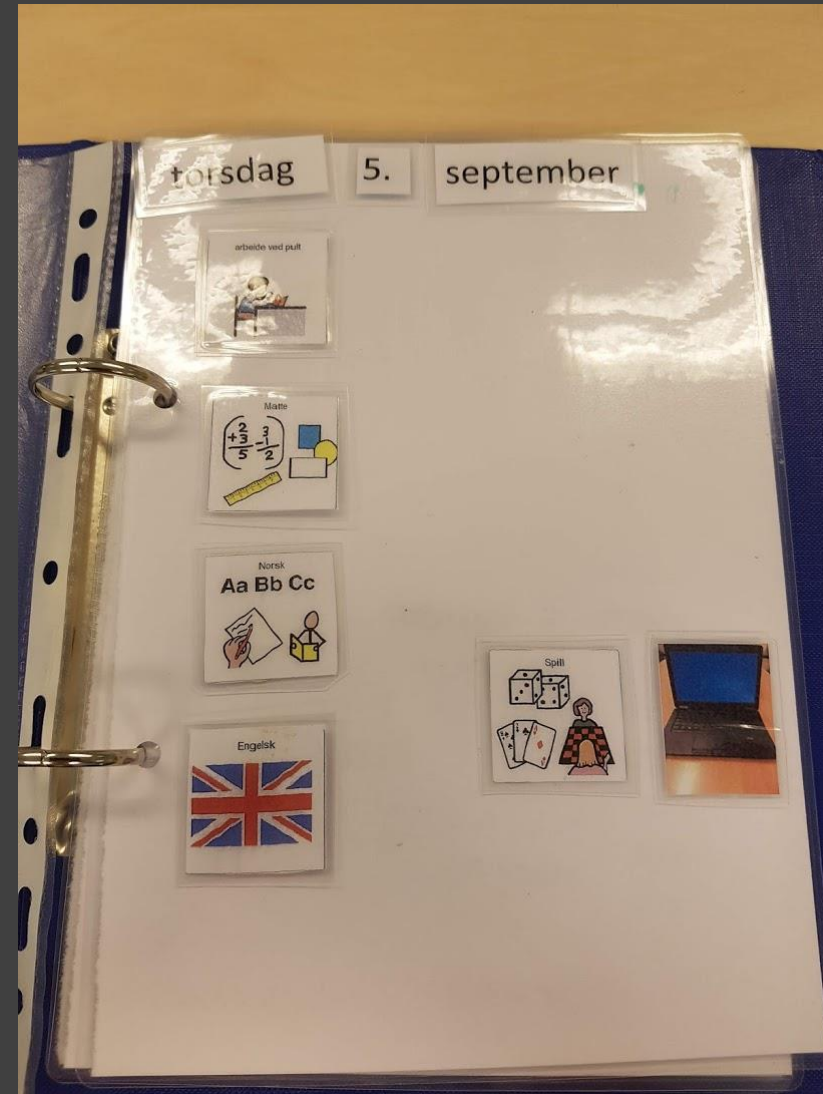
Alternativ:

Bruke bilder av de voksne for å trygge eleven



- For noen barn er det godt å få en oversikt over hele dagen og hvem de skal være sammen med
- Andre vil oppleve dette som overveldende- kanskje holder det med en oversikt frem til lunsj?
- Visuell oversikt kan være et godt hjelpemiddel for de yngste, men kan også brukes for eldre elever (ungdomsskole) . Timeplan på pulten?

Arbeidsplaner





Onsdag 4.september

Når:	Fag:	Vurdering:	Hvem:
1.økt	Oppstart i klasserom Grupperom: Ny gjennomgang av dagen Høytlesing i par av leseleksa	😊 😐 😞	Camilla
Friminutt	Friminutt: Basketball Stikkball i rundingen		Camilla
2. økt	Jobbeøkt med egen arbeidsplan		Camilla
3.økt	Naturfag i klasserommet Vannets kretsløp: Fra hav til regn s. i Globus		Hanne
Spisetid	Felles måltid i klasserommet		Hanne
Storefri	TL eller gruppe i gymsalen		Chris
4. og 5. økt	Kunst og håndverk: Sy forkle til mat og helse		Hanne og Chris
Friminutt	Lytte til musikk på grupperom eller valgt aktivitet ute		Chris
6.økt	<u>Valg: Velg mellom:</u> Lesetid Spille spill Chromebook Avslutte dagen i klasserommet		Chris

- Enkelte elever tåler å få en dagsplan og arbeidsplan presentert.
- Andre igjen, vil kunne oppleve at et slikt oppsett vil kunne trigge negative følelser, og dermed føre til u hensiktsmessig mye stress for eleven.
- Hva med vurdering?
- Gi eleven mulighet til å sette opp arbeidsplan selv? Rekkefølge, mengde, form o.l
 - Kontroll og medvirkning
 - Mengde valg

Elevmedvirkning - elevens stemme

- Læringsamtaler
- Elevsamtaler
- Triggerkartlegging

- Traumefokuserte læringsamtaler: kartlegge hvordan eleven kan føle seg trygg og hvordan man kan tilrettelegge lærings situasjonen slik at barnet får best mulig utbytte av opplæringen (Schultz og Langballe, 2016)

- Elevsamtaler- jevnlig, både planlagte og spontane

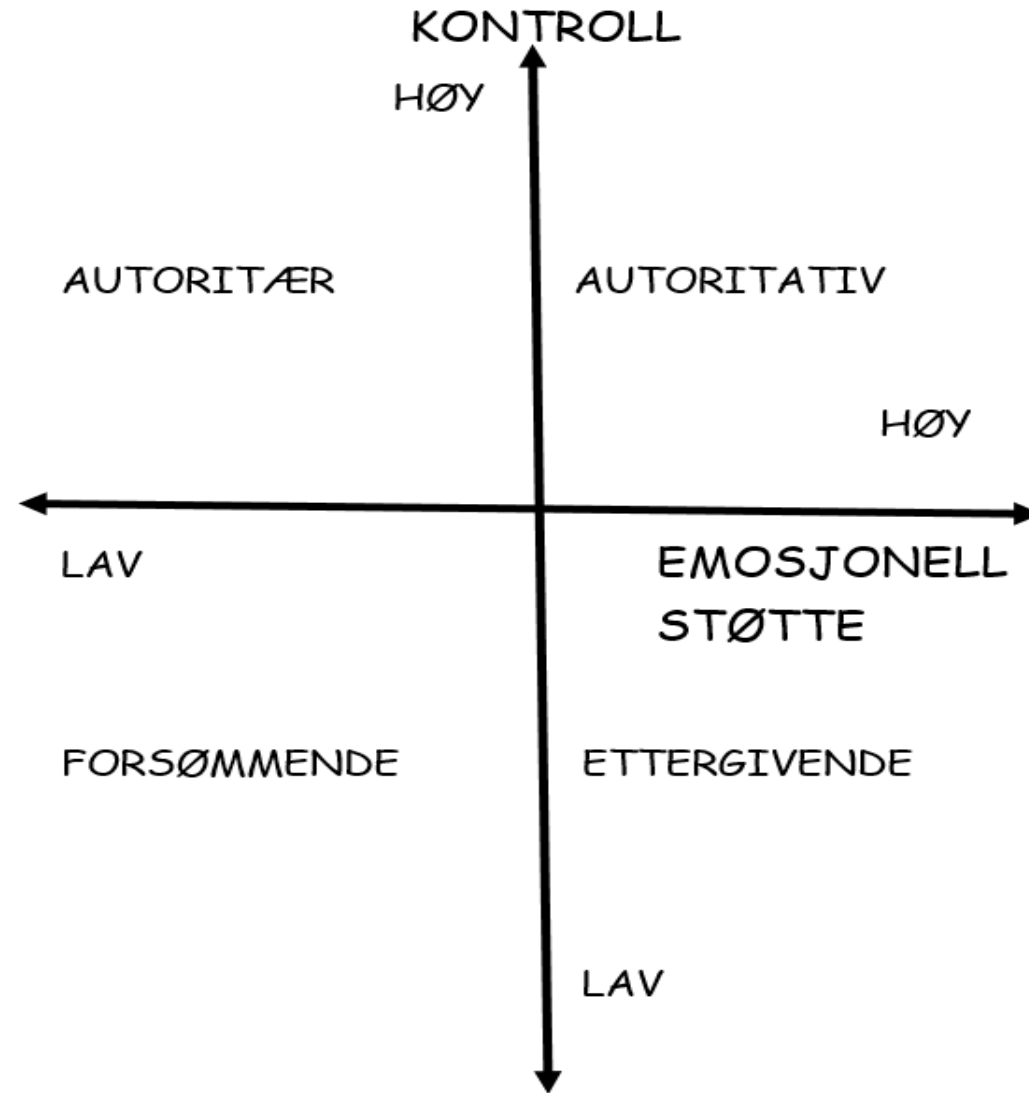
- Triggerkartlegging- også i samarbeid med foresatte og andre samarbeidspartnere

Kartleggingsmateriell og hjelpemidler

- IVAS
- KAT-kassen (sosial kommunikasjon)

Autoritative voksne

Voksne som har fokus BÅDE på kontroll og innramming, samtidig som omsorg og emosjonell varme utøves



AUTORITATIVE VOKSNE; (FRITT ETTER MODELL AV BAUMRIND, 1971, 1991)

Opplevelse av mestringsstrategier

Handler om både følelshåndtering og faglig mestringsstrategier

Hvilke mestringsstrategier bruker elevene i møtet med krav og utfordringer? Følelser- eller problemløsningsfokuserte?

Elever kan ofte ha dårlige erfaringer med skolefaglig mestringsstrategier og ha liten tro på egne evner og ferdigheter

Emosjonell mestringsstrategier

- Mestringsstrategier for å håndtere ubehag og stress
- Sosiale ferdigheter og kompetanse
- Emosjonell kompetanse
- Modenhet

Faglig mestringsstrategier

- Tilpasse mengde og innhold i fag
- Tilpasse mengde instruksjoner
- Tilrettelegge med visuell støtte
- Tilrettelegge med konkretiseringsmaterieill
- Variasjon i arbeidsmåter og organiseringsformer

Samarbeid med hjemmet

- Felles forståelse
- Gi innsikt i barnets ressurser og utfordringer
- Felles avtaler om eksempelvis oppmøte
- Informasjon om dagen
- Samarbeid om planer og mål
- Felles enighet om alternativ organisering eventuelt skoletilbud



Bilde; priv.

Relasjon

«Traumet søker isolasjon, men leges i relasjon» (sitat fra en av informantene)

- Elev-lærer relasjon
- Lading/ «banking time» (Pianta)
- Jevnalders-relasjon: Friminuttsvenner, lekegrupper, TL-grupper

Barnetrinn vs. ungdomstrinn?

- Se eleven innenfra- seg selv utenfra: Et verktøy er trygghetssirkelen (COS)
- Følelsesfokusert tilnærming (Fallmyr, 2017)
- Hvordan kan vi se barnet innefra når det stormer som verst?

Regulering

- Toleransevinduet: Overaktivering (hyperaktivering) og underaktivering (hypoaktivering)
-
- Egenregulering
 - Kunnskap om egne triggere
 - Kollegastøtte- åpenhet og raushet, våge å snakke om egen sårbarhet

Regulering

- Samregulering:

Samregulering handler om å hjelpe barnet inn i gode reaksjonsmønstre og å hjelpe barnet til selv å kunne regulere følelser og atferd

- Benevne følelser, anerkjenne og støtte- stå i sammen med barnet (da må vi også være regulerte!)
 - Bruke rolig stemme, roe ned og dempe, heller enn å korrigere og gi konsekvenser
 - Har barnet forutsetninger til å forstå eller styre handlingen? Kan man eksempelvis be en med synsvansker om å beskrive malerier?
- Språklige ferdigheter
- Aktivt lære strategier for regulering i krevende situasjoner

Konkrete hjelpemidler og verktøy i arbeidet med relasjon og følelsesregulering



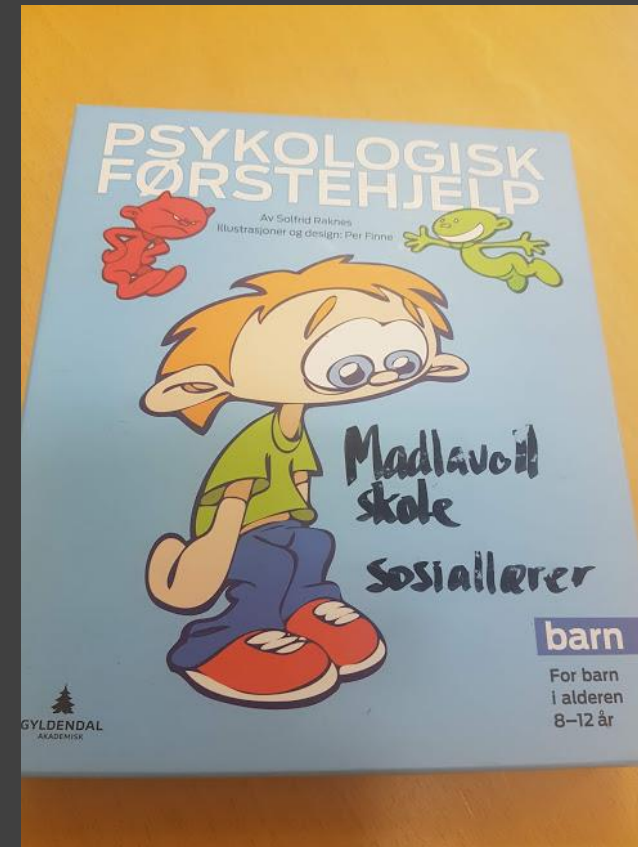
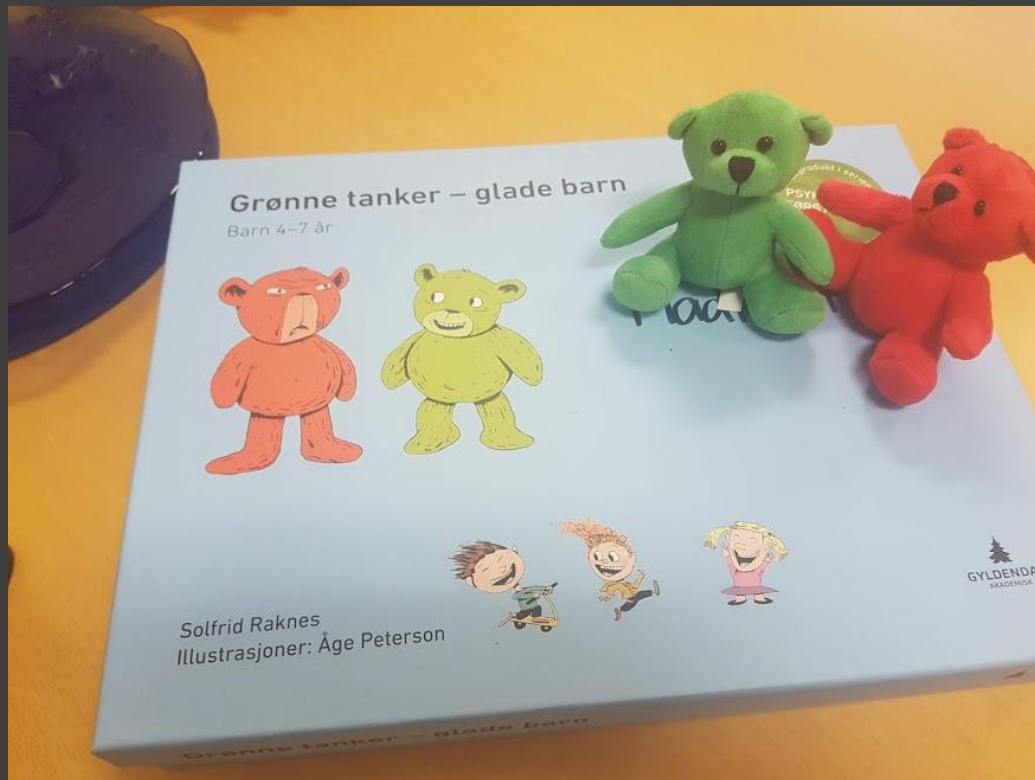
Spill som kan brukes som samtalestarter om følelser

Også relasjonsbyggende

Med voksen, men også sammen med medelever



Følelsesregulering- hjelpemidler



Tilrettelegging i klasserommet, oppsummert

Lærerrollen

- Lærers oppgave: å gi opplæring, MEN trygghet, relasjon og reguleringsstøtte (jfr. traumebasert omsorg) er forutsetninger for læring
- Gi omsorg, trygghet, forutsigbarhet, konsekvent og konsistent
- Autoritativ lærerrolle
- Forstå barnets atferd på bakgrunn av dets erfaringer og basert på kunnskap om konsekvenser av komplekse traumer

Tilrettelegging i klasserommet, oppsummert

Praktisk tilrettelegging

- Traumbasert omsorg: trygghet, relasjon, regulering (Bath, 2008)
- Forutsigbarhet, struktur og rammer
- Visuell støtte
- Kunnskap om triggere
- Reguleringsstøtte
- Plassering i klasserom
- Tilpasset mengde informasjon
- Tilpasset fagstoff
- Variasjon i arbeidsmåter og organisering

Individuell tenkeoppgave

Hva tror du kan utfordre lærere mest i møtet med barn med utviklingstraumer og i arbeidet tilrettelegging for læring?

Utfordringer for lærerrollen:

- Opplevelse av manglende kunnskap og ressurser
- Følelse av å stå alene i et krevende arbeid
- Krysspress mellom ivaretagelse av elevgrupper
- Mangel på tid til teamarbeid, mangel på tid til eleven
- Avvisning
- Frustrasjoner og emosjonell smerte
- Følelse av utilstrekkelighet
- Samarbeid med kollegaer- utstøtingsmekanismer og opplevd motsetningsforhold i ansvarsfordeling på bakgrunn av manglende felles forståelse

Skolen som tilrettelegger

- Skoleledelsen må ha kunnskap og sette tema på dagsorden
- Legge til rette for kompetanseheving og ekstern veiledning
- Legge til rette for teamarbeid, være igangsetter og veileder
- Tid og ressurser til samarbeid, planarbeid, felles rutiner og strukturer
- Gi mulighet for variasjon i organisering
- Ivareta lærere
- Bistå i skole-hjem samarbeid
- Fange opp og avdekke, melde videre om bekymring

Tverrfaglig samarbeid

- Godt samarbeid preget av: åpenhet, respekt, refleksjon, ryddighet og avklarte roller, tydelig mandat og mål
- Individ- og systemperspektiv i formålet med tverrfaglig samarbeid
- Helhetlig tekning – et felles ansvar. Skape en helhetlig forståelse av barnets behov (Glavin og Erdal, 2007)
- Tydelige forventningsavklaringer er viktig
- Felles forståelse og felles språk
- Ulike tiltak som fungerer for et enkelt barn, men som er vanskelig å gjennomføre i et klasserom- ulik kontekst
- Lærer og skole kan være klare for veiledning selv om barnet ikke er «klar» for terapi

Våre elever

Klasserom

- lærer
- pedagogisk medarbeider
- spesialpedagog
- miljøterapeut

Skoleledelse

- rektor
- avdelingsledere
- sosiallærer
- spes.ped.team
- ressursteam

Samarbeidspartnere

- foreldre / foresatte
- Helsesykepleiere
- PPT
- Barneverntjeneste
- HSK
- BUP

Oppsummering

Tiltak i klasserom knyttet til traumeforståelse og traumebasert omsorg:

-trygghet, relasjon, regulering og mestring

Tiltak fra skoleledelse knyttet til kunnskap og kompetanse, tilrettelegge for samarbeid og veiledning

Tverrfaglig samarbeid knyttet til å skape en helhetlig og felles forståelse av barnets behov, bryte ned barrierer mellom ulike fagtradisjoner og å se hele barnet

E-postadresse: camilla.bernhardt@stavanger.kommune.no