

# Undervisning i emotionell intelligens och social kompetens



## Strukturerade Samtal

# Metodförankring

Sedan 1986 har det på flera håll i världen utvecklats vissa metoder för att komma till rätta med den psykosociala problematik som blir allt vanligare hos barn och ungdomar. Gemensam nämnare i metoderna är förutom ett kognitivt förhållningssätt undervisning inom emotionell intelligens samt social kompetens. Undervisning efter dessa metoder kallas populärt för livskunskap.

Utvärdering och forskning har visat klara och uppseendeväckande positiva resultat, i form av att de grupper som tagit del av undervisningen visat en markant minskning av mobbing, missbruk, rökning, utåtagerande beteende och riskfyllda sexuella handlingar, samtidigt som deras psykiska hälsa, förmåga till empati och samspel samt känsla av sammanhang ökat.

Förebilder inom området kan nämnas vara Daniel Goleman, John Mayer, Peter Salovey, Arnold P. Goldstein m.fl.

# Anpassning av stödsamtalen

Att möta en ny elev innebär för Ungdomspedagogen en omställning, sett till subjektet ifråga.

Viktigt är att Ungdomspedagogen ”tar på sig elevens glasögon” för att se världen som denne gör.

För att nå bästa subliminala effekt är metoderna ifråga att se som lärarhandledning och inte som en ”mall” vilken passar alla elever.

Grundförutsättningen för att överhuvudtaget nå resultat är Ungdomspedagogens etiska förhållningssätt i stort.

# Etiskt förhållningssätt

## Ungdomspedagogen och eleven:

- Ungdomspedagogen godkänner och tar hänsyn till eleven som en unik person.
- Ungdomspedagogen respekterar elevens rättigheter och förhåller sig humant till eleven.
- Ungdomspedagogen strävar till förståelse för elevens utgångspunkter, tankar och åsikter samt behandlar frågor i anslutning till elevens person och integritet med takt.
- Ungdomspedagogen är ärlig gentemot eleven och tänker på att ärlighet framförd på ett mindre bra sätt kan skada.
- Ungdomspedagogen beaktar speciellt de elever som behöver omsorg och beskydd, och godkänner aldrig någon som helst form av utnyttjande.
- Ungdomspedagogens ansvar för eleven är desto större ju yngre eleven är.
- Ungdomspedagogen verkar i nära samarbete med de vuxna som ansvarar för barnet.

## Ungdomspedagogens inställning till sitt arbete:

- I sitt arbete förpliktigar Ungdomspedagogen sig att följa förutom de normer som reglerar arbetet även yrkeskårens etik.
- Ungdomspedagogen utför sina arbetsuppgifter på ett ansvarsfullt sätt.
- Ungdomspedagogen utvecklar sitt arbete och utvärderar sin egen verksamhet.
- Ungdomspedagogen inser sin felbarhet och är beredd att omvärdera sina åsikter i varje enskilt stödsamtal.

# Etiskt förhållningssätt

## Ungdomspedagogen och kollegorna:

- Ungdomspedagogen värdesätter sin uppgift och respekterar sina kollegor som medlemmar i yrkeskåren.
- Ungdomspedagogen strävar efter att förena krafterna på ett konstruktivt sätt och till att finna jämvikt mellan arbetssamfundet och sin egen autonomi.
- Att godkänna kollegornas privata sfär och deras individualism, samt att förstå och ömsesidigt stöda och hjälpa är principer på vars grund Ungdomspedagogen verkar inom arbetssamfundet.

## Ungdomspedagogen själv:

- Ungdomspedagogens centrala arbetsredskap är den egna personligheten; att utveckla och vårda det arbetsredskapet är dennes rättighet och skyldighet.
- Ungdomspedagogen har rätt till en egen privat sfär och till omsorg om sig själv.

## Ungdomspedagogen och samhället:

- Arbetet hör till samhällets viktigaste uppgifter. Möjligheterna att fungera som Ungdomspedagog och utveckla sin professionalism är i stor utsträckning beroende av de resurser som anvisas arbetet.
- Ungdomspedagogen bär ansvar för sin yrkesskicklighet och verkar i samarbete med hemmen, omgivningen och samhället.

# Etiskt förhållningssätt

## Människovärde:

- Utgångspunkten för de etiska principerna är en humanistisk människouppfattning och en högaktning för människan. Människovärdet bör högaktsas oberoende av exempelvis kön, ålder, religion, härkomst, åsikt eller förmåga.

## Sanningsenlighet:

- Sanningsenlighet är en central värdering i Ungdomspedagogens grundläggande uppgift där denne hjälper eleven att möta och hantera verkligheten. Ett undersökande sätt att närma sig frågor och problem förutsätter öppen diskussion och letande efter sanningen. Att man är ärlig gentemot sig själv och ärlig i all samverkan och samarbete är en del av den bas som Ungdomspedagogens arbete bygger på.

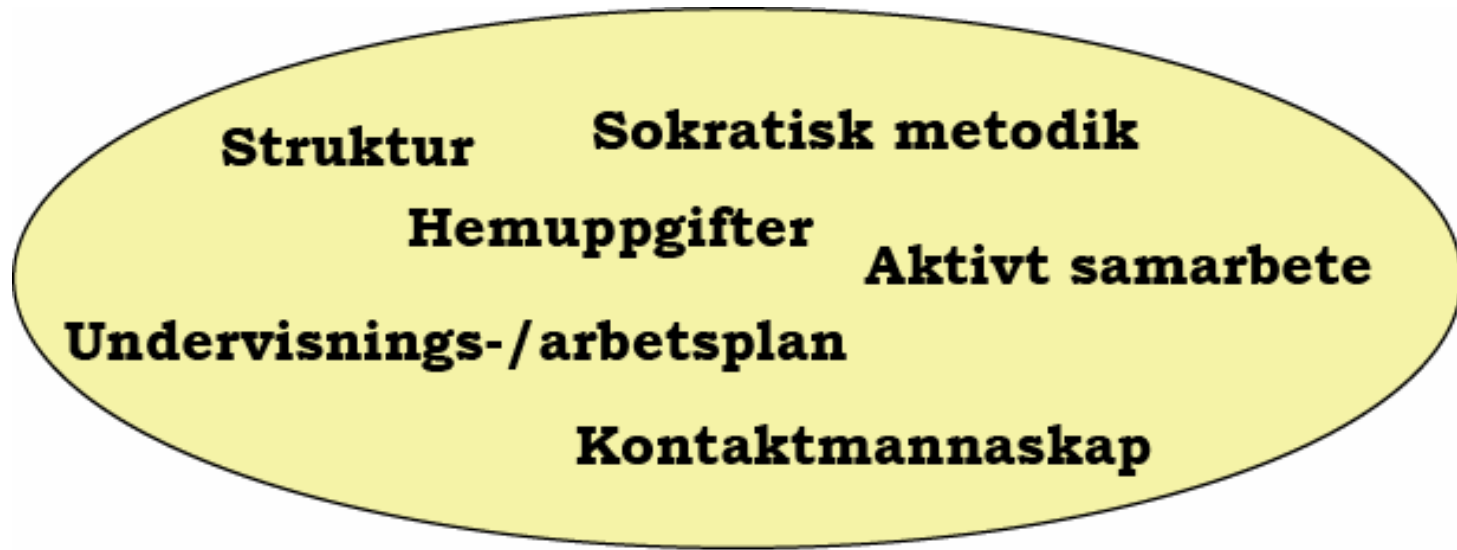
## Frihet:

- Ungdomspedagogen har rätt till egna värderingar och ett eget värdesystem. Inom arbetet är Ungdomspedagogens frihet dock bunden till grunduppgifterna och de normer som definierar dessa, t.ex. lagstiftning. I sitt yrkesvärv är Ungdomspedagogen tvungen att dra gränser. Trots detta är utgångspunkten för all interaktion en högaktning för all frihet som hör ihop med människovärdet.

## Rättvisa:

- När Ungdomspedagogen bemöter en elev eller elevgrupp är det viktigt att rättvisa förverkligas. Till detta hör framförallt jämlikhet, undvikande av missgynnande och gynnande, rätten att bli hörd och rätten att reda upp konflikter och problem. Dock är rätten till rättvisa i detalj omöjlig att uppnå och skall inte heller uppnås, då behandlingsarbetet är av sådan art att det anpassas efter elevernas individuella behov samt förutsättningar.

# Kognitivt förhållningsätt



Kognitivt förhållningsätt är probleminriktat och starkt pedagogiskt (att lära ut ett lärande). Eleven får hjälp att förstå och uttrycka samt förändra, känslor, tankar och beteende. Vi utgår från nuet och strävar efter att göra problem hanterbara.

# Kognitivt förhållningsätt

Struktur är viktigt, med struktur konkretiserar vi samtalen och gör det därigenom lättare för eleven att föreställa sig ett mål, vilket ökar motivationen. Utan struktur är det lätt som pedagog att ”tappa bort sig” i samtalen och därför blir det svårare för eleven att nå en känsla av förståelse och sammanhang. Med ett väl strukturerat arbetsmaterial och tillika undervisningsätt finns möjlighet att snabbt anpassa samtalen till eleven.

## ”Strukturerade Samtal” (exempel på)

- Ärlighet
- Nätverkssamtal
- Känslor
- Självbild
- Empati
- Respekt
- Samvete
- Kompis - Ovän
- Förebilder
- Roller
- Etik – Moral
- Mobbing
- Konflikt – Våld
- Gruppträck
- Gängbildning
- Kultur
- Fördomar
- ANT
- Hälsa
- Religion
- Ekonomi
- Kriminalitet
- Handikapp
- Framtid



# Kognitivt förhållningsätt

Sokratisk metodik går kortfattat ut på att:

- Uppmuntra eleven att tänka förnuftigt.
- Hjälpa eleven att undersöka dess egen ”mentala karta”, d.v.s. elevens tolkning av verkligheten och tanke-, känslö-/beteendemönster som kommer sig därav.

Frivillighet och aktivt samarbete från elevens sida är ett måste. Annars kan undervisningen liknas vid att hålla vatten på en gås. För att eleven ska vara motiverad krävs också aktivt samarbete från pedagogens sida.

Genom att klargöra undervisnings-/arbetsplan skapas förståelse.

Genom kontaktmannaskap ges trygghet. Det är genom relationen elev/kontaktperson en start till förändring nås.

Genom hemuppgifter får eleven möjlighet att integrera den nyvunna teorin i sitt vardagliga liv. Först då kommer en förändring fullt ut till stånd.

# ”Strukturerade Samtal” - Kärna & Syfte

- Utan att vara medveten om, kunna förstå, acceptera och hantera sina egna känslor är det lätt att må psykiskt dåligt och handla mindre bra i olika situationer. Genom att kunna klä sina känslor i ord är det möjligt att tala om för andra och för oss själva hur vi känner. Här tränas **intrapersonella färdigheter såsom emotionell intelligens**.
- Genom att lära känna och kunna hantera våra egna känslor förstår vi andra bättre. Här tränas **förmågan att känna empati**.
- Det kan vara svårt att veta hur vi på ett bra sätt umgås med och blir accepterade av en grupp. Att läsa av en kamrats känslor och behov och på ästa sätt kunna hantera dessa, be om ursäkt samt veta hur man som partner fungerar i ett kärleksförhållande kan vara svårt. Här tränas **interpersonella färdigheter såsom social kompetens**.
- I kamratgäng kan det uppstå belönings- och bestraffningssituationer. Personer som har dålig självkänsla eller utmärker sig på annat sätt, riskerar att drabbas. Här tränas **självkänsla och förmåga att stå emot gruppträck**.
- Det är livsviktigt att kunna skydda sig själv från och aktivt kunna ta avstånd från vissa i samhället förekommande destruktiva grupper. Här tränas **förmågan att skydda sin egen och andras integritet**.
- Viktigt är att lära hur vi på bästa sätt för och beter oss i enlighet med samhällets förväntningar. Här tränas **socialisering samt etik och moral**.

# ”Strukturerade Samtal” - Kärna & Syfte

- Det är bra att kunna lyssna, reagera och ge väl avvägd verbal respons på sådant som sägs och sker. Viktigt är att lära sig de oskrivna regler som finns när det gäller turordning i samtal samt hur man gör för att vidmakthålla ett samtal. Här tränas **kommunikationsfärdigheter**.
- Det är viktigt att på ett rättframt sätt kunna uttrycka vad man känner, tänker och tycker utan att vara arg och/eller på annat sätt ej ta hänsyn till andra. Här tränas **assertivt beteende**.
- När vi råkar ut för känslomässiga svårigheter är det viktigt att kunna be om hjälp och framförallt veta var rätt hjälp finns. Här tränas **färdigheten i att skaffa sig socialt stöd**.
- I skolan är det viktigt att kunna fokusera på läraren genom att styra den egna uppmärksamheten, sina egna känslor och sitt handlande. Det är viktigt att kunna ta till sig och följa klassrumsregler samt i skolan övriga förekommande regler. Bra är också att kunna ge och följa anvisningar samt kunna planera och genomföra olika uppgifter. Här tränas **utbildningsrelaterade färdigheter samt självstyrning**.
- Viktigt för att kunna hindra sig själv att begå dumdriftigheter är förståelse om orsak och verkan. Här tränas **sannolikhetsinläring och konsekvenstänkande**.
- Genom metaforer blir det lättare för eleven att lägga pusselbitarna på plats. En känsla av sammanhang (KASAM) och aha-upplevelse nås. Här tränas **insiktsinläring**.

# Single eller double loop learning?

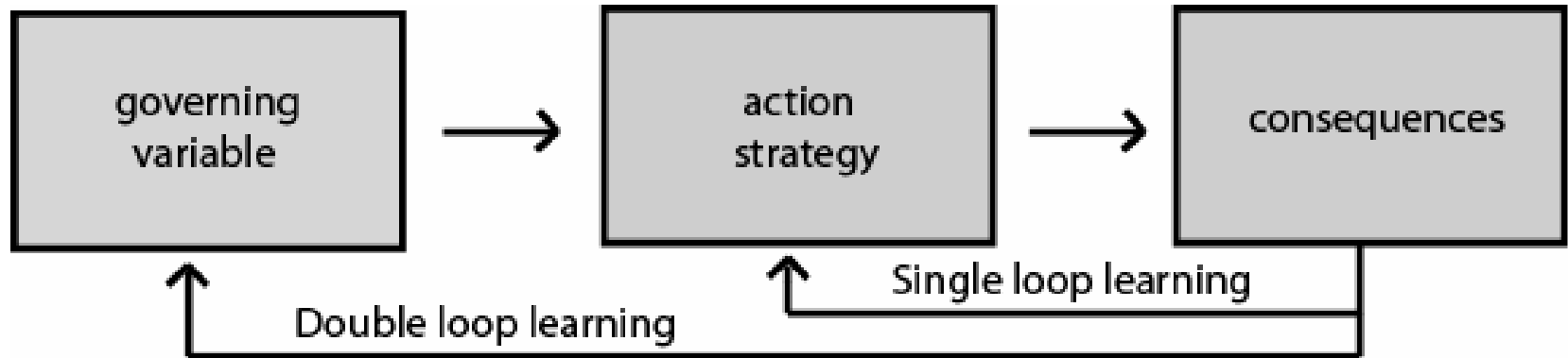
Begreppen ovan är hämtade från Chris Argyris och Donald Schön "Theories of action, double loop learning and organizational learning".

Argyris menar i sitt arbete att varje individ har en inre "mental karta" som vederbörande handlar efter i olika situationer. Vidare skriver Argyris att fåtalet är medvetna om denna karta och om vilka teorier de de facto använder.

Argyris och Schön har tillsammans tagit fram en modell för att förklara hur optimalt organisatoriskt lärande kan ske.

Denna modell kommer jag först kortfattat beskriva för att sedan applicera på socioemotionell träning.

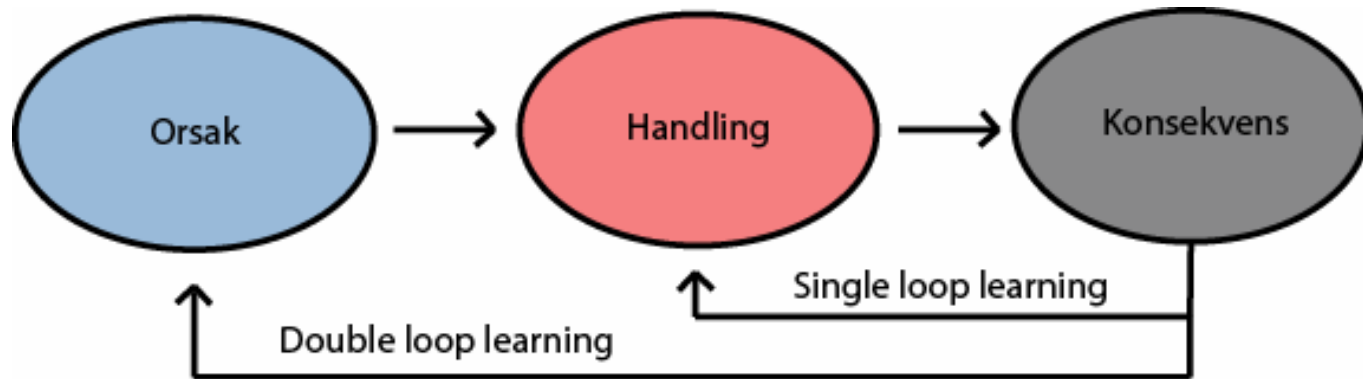
# Single eller double loop learning?



Argyris menar att single loop learning är som en termostat som lär när det är för varmt eller kallt och stänger av eller sätter på värmen. Termostaten kan fungera så här då den får information från omgivningen. Double loop learning äger rum när fel har upptäckts och rättas till på sätt som involverar modifikation av organisationens underläggande normer, policys samt mål.

# Single eller double loop learning?

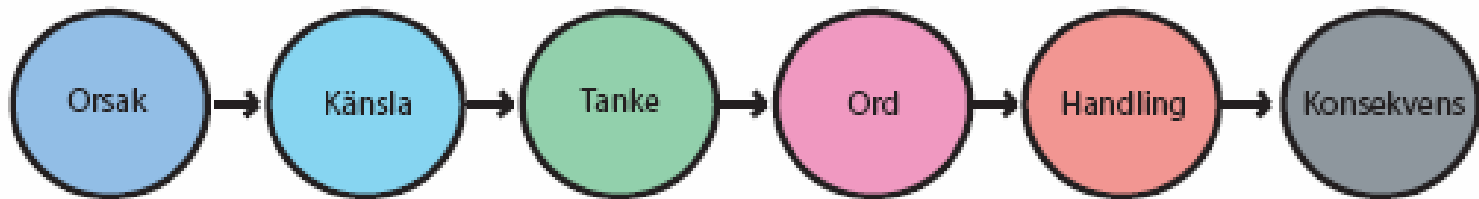
Argyris modell är mycket intressant och kan enligt mig även användas på individnivå:



Genom denna modell blir det mer konkret hur anpassningen av stödsamtalen kan ske utefter elevens problembild, behov och ålder. Dock är modellen för kortfattad för att en fullständig anpassning ska kunna ske till individens inlärningsförmåga, eventuella handikapp, ”mentala karta”, problembild o.s.v.

# Single eller double loop learning?

Här följer vidareutveckling av föregående modell:

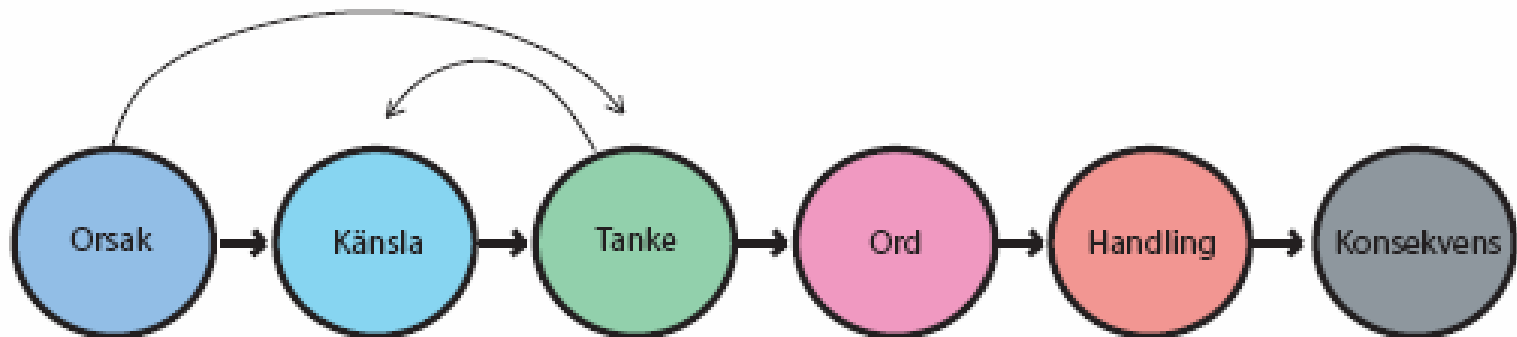


Orsaker (inre och yttre) kan leda till negativa känslor (medvetna eller undermedvetna). Vidare kan orsaken leda till destruktiv tanke, ord och/eller handling (riktad mot sig själv, någon annan eller ting) , som leder vidare till någon form av konsekvens.

Prova gärna att tillämpa denna modell på något mindre bra en ungdom gjort.

# Single eller double loop learning?

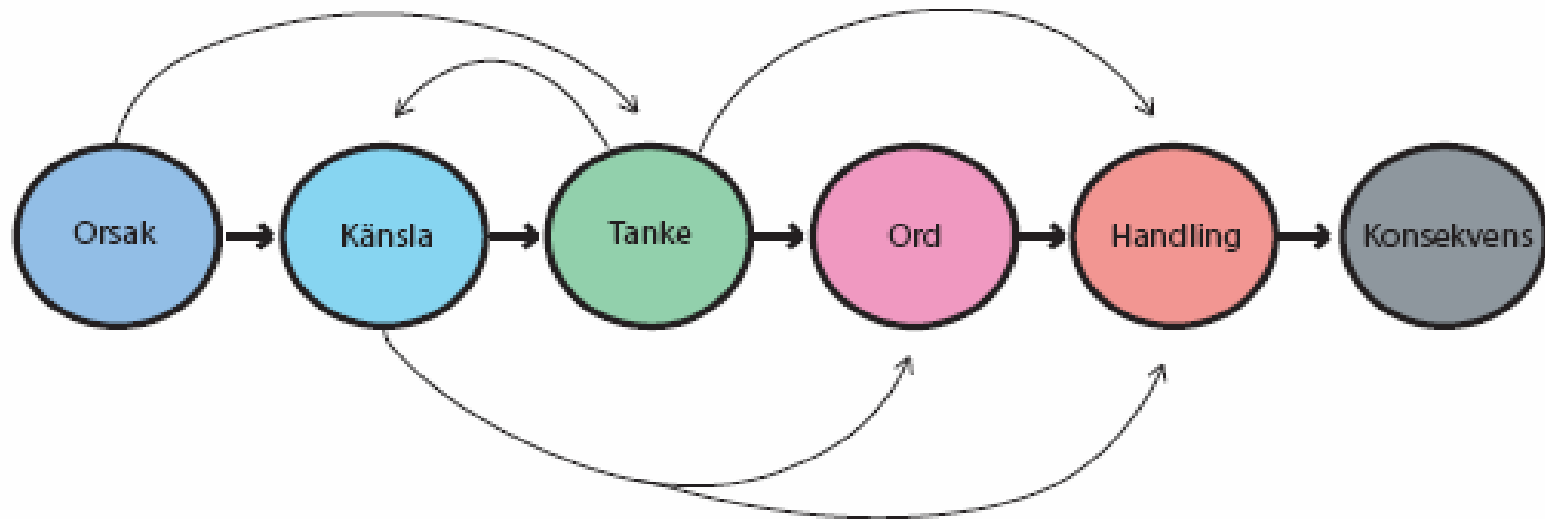
Verkligheten är långt ifrån så enkel som föregående modell utvisat.



Orsak kan i ett första läge leda till tanke. Beroende på tankeprocessen ifråga skapas bra eller mindre bra känslor, vilka snabbare än tanken ”poppar” upp nästa gång eleven utsätts för samma eller likartat stimuli. Delar av ”mental karta” har genom denna process skapats.

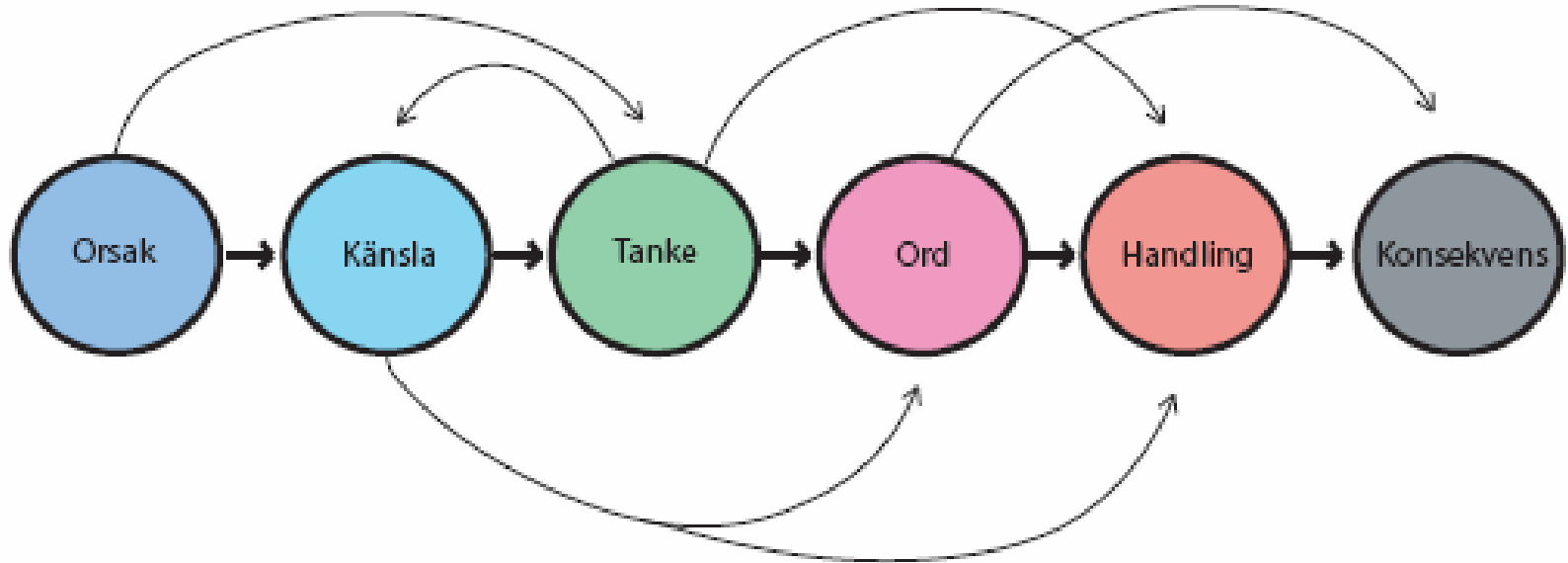


# Single eller double loop learning?



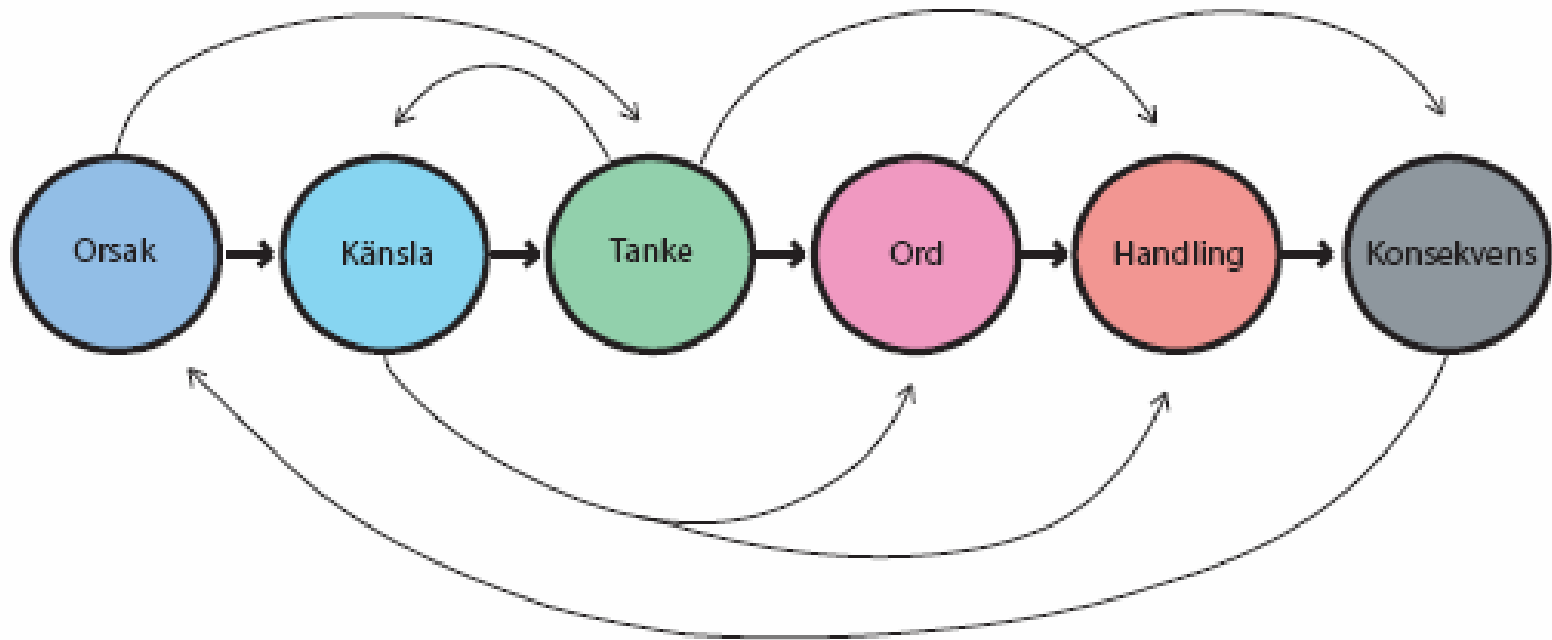
Mindre bra känslor kan leda till impuls, vilken kan ta sig uttryck i ord och/eller handling. Som jag nämnt är känslor snabbare än våra tankar (vårt förnuft). Tanke kan också leda till impulshandling, fast då genom att påverka känslorna. Pilarna mellan tanke, ord och handling symboliserar överlagt handlande.

# Single eller double loop learning?



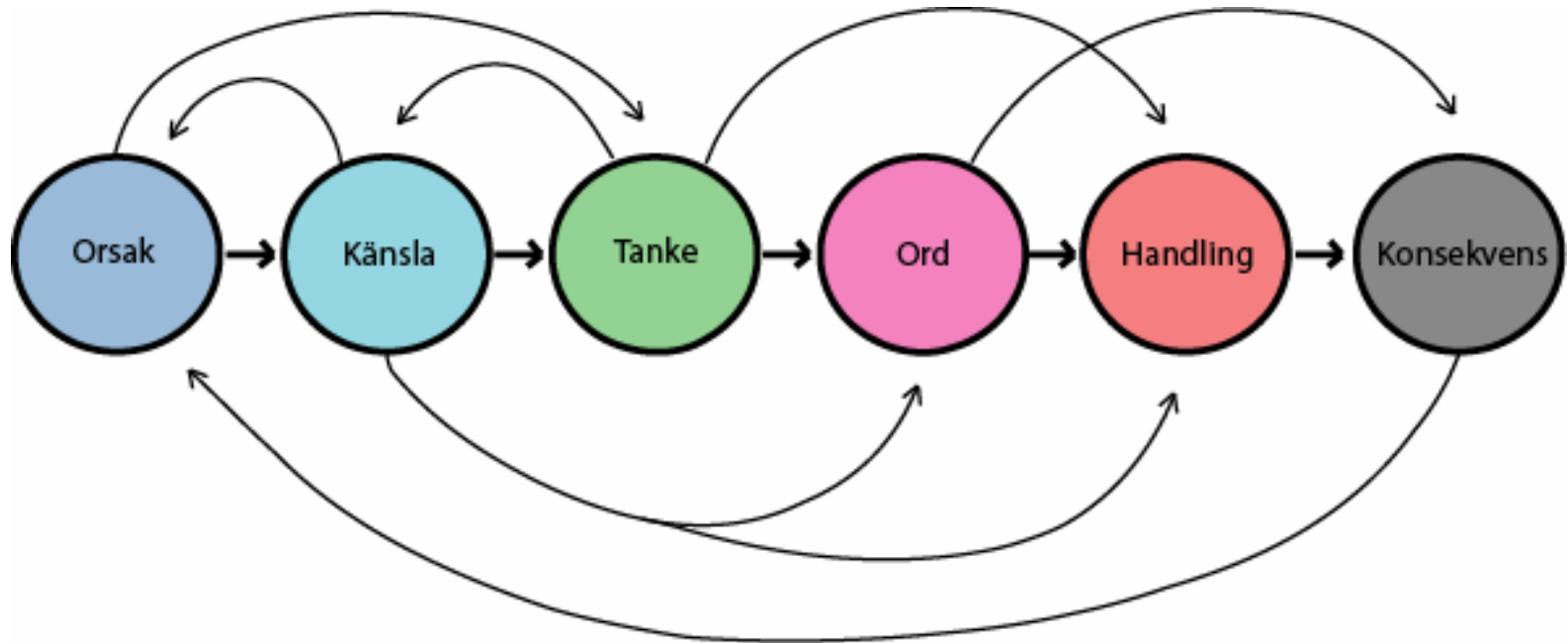
Pilarna mellan ord/handling och konsekvens symboliserar att konsekvenser följer på det som man gör.

# Single eller double loop learning?



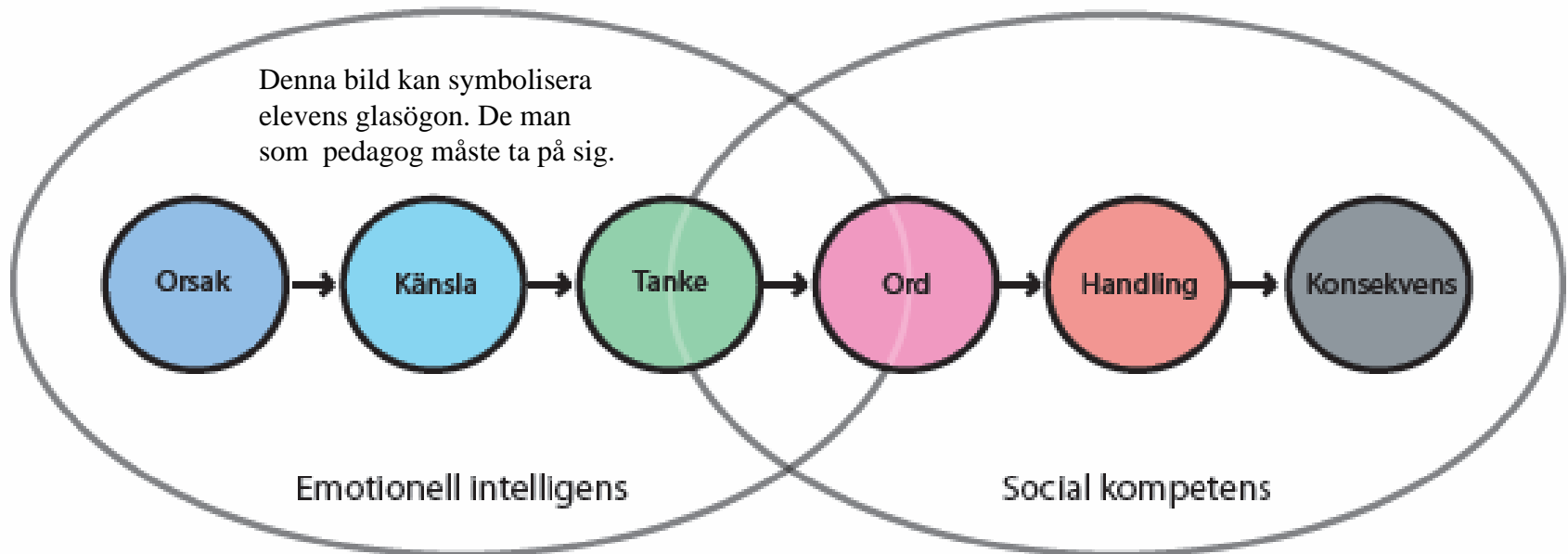
Många elever jag mött har haft svårt att sätta konsekvens i relation till handling. Det har ofta berott på att konsekvenserna bestått av hårda psykiska och fysiska bestraffningar och allmänt ”moraliserande”. Konsekvenserna har istället blivit ytterligare orsak att bete sig mindre bra. Elevens ”mentala karta” har inte förändrats till det bättre. Väl anpassad socioemotionell träning kan vara nyckeln till positiv förändring.

# Single eller double loop learning?



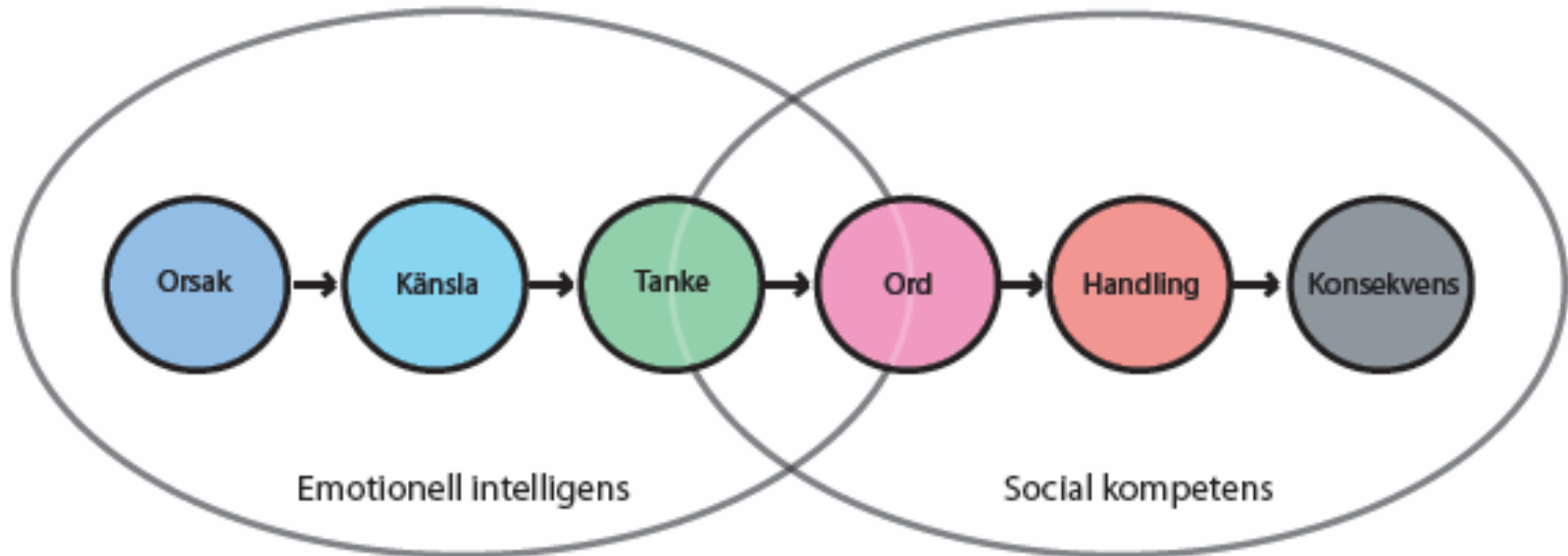
För att komplicera detta än mer ska vi klättra iväg ytterligare en abstraktionsnivå. Jag har lagt till en pil mellan känsla och orsak. Mindre bra känslor kan bli orsak till än mindre bra sådana. Ta t.ex. stress och oro, vilket kan leda till ångest. Det är inte säkert vi vuxna märker av att en elev lider av stress och oro (förrän det är för sent att förebygga). Eleven kan istället få en stämpel såsom speciell eller osmart.

# Single eller double loop learning?



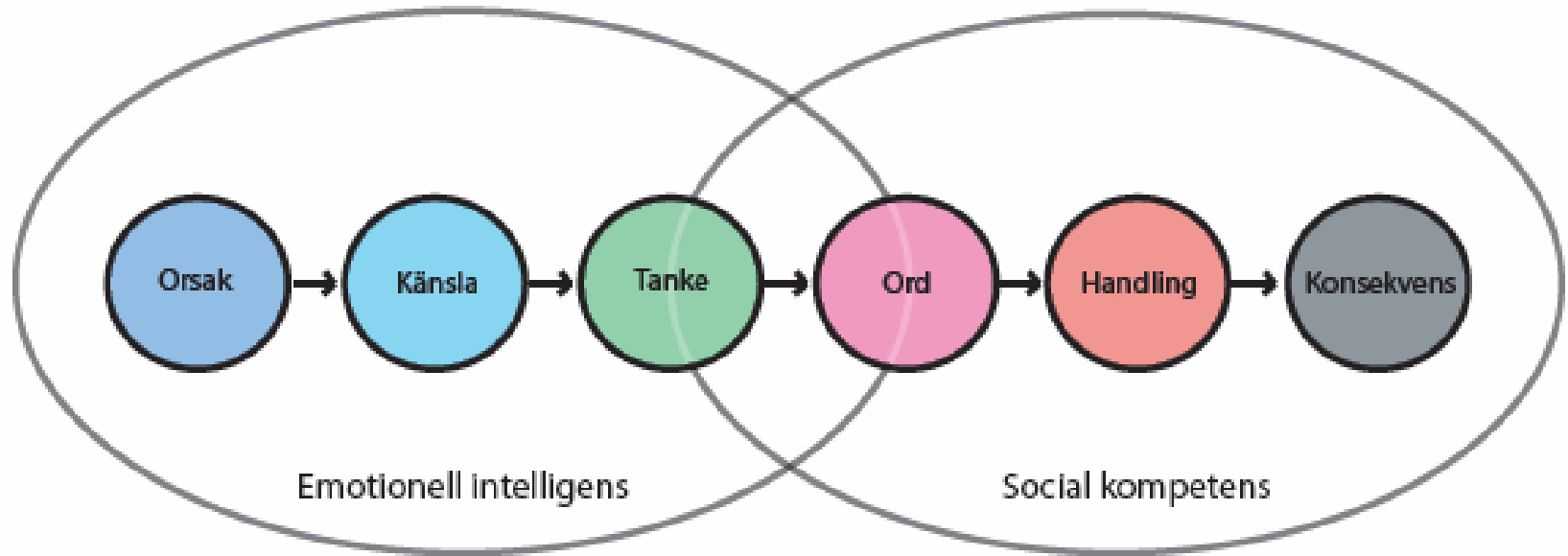
För att veta var man ska börja arbetet är det viktigt att inte bara se världen utifrån elevens ögon, utan också ta del av den kunskap elevens nätverk har av denne. Vilket passar bäst, single eller double loop learning?

# Single eller double loop learning?



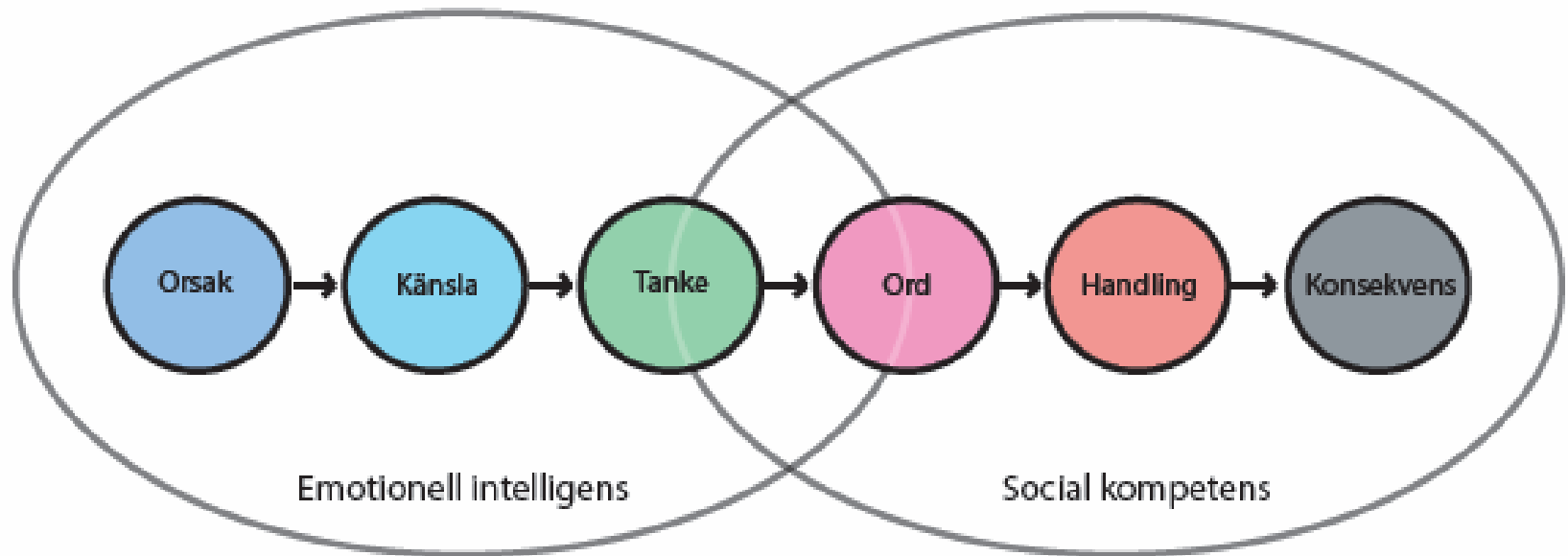
Single loop learning motsvarar i denna bild social kompetens, vilket står för att tillägna sig kunskaper i bl.a. konsekvenstänkande, färdigheter i agerande gentemot andra samt erfarenheter genom träning, som i sin tur leder till förbättrade egenskaper i social samvaro. Färdigheter i stresshantering kan tränas. Hur omfattande looperna kan vara bestäms av elevens kapacitet till inläring och förståelse. Genom social träning förbättras bl.a. självförtroendet och därigenom nås också ”emotionella förändringar”.

# Single eller double loop learning?



Double loop learning motsvarar här emotionell intelligens, vilket står för att bli medveten om, lära känna, förstå, acceptera och kunna hantera sina känslor i olika situationer. Viktigt är också att kunna klä sina känslor i ord samt vid vissa tillfällen kunna identifiera orsaker till mindre bra känslor. Förbättrad emotionell intelligens påverkar i sin tur vårt handlande i olika situationer, dominoeffekt uppstår. Här krävs av eleven större förmåga till inläring och förståelse, samtidigt som kraven på pedagogens kunnande ökar.

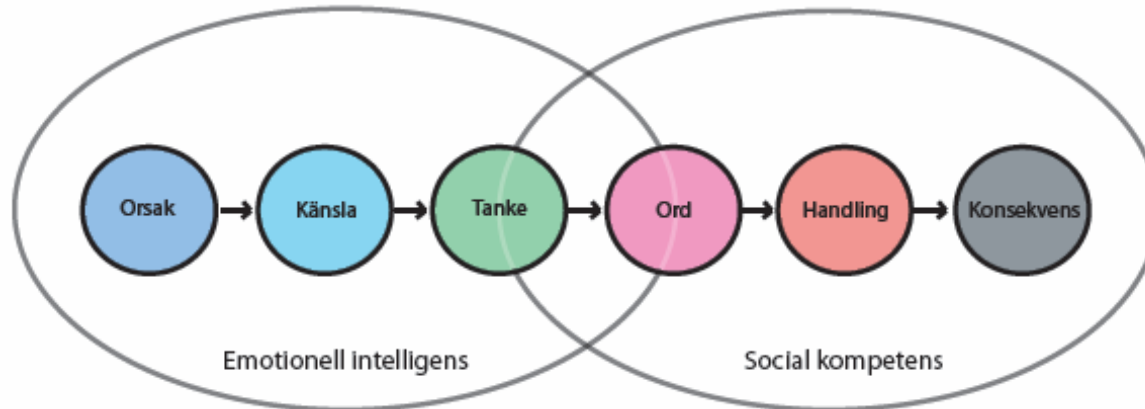
# Single eller double loop learning?



Upplägget av undervisningen är också beroende på den tidsram man som pedagog tilldelas. Elevens frivillighet och engagemang är ytterligare faktorer som i hög utsträckning styr upplägget. Annat som styr är om undervisningen ska ske i förebyggande eller akut syfte, samt om den är riktad till grupp eller individ. Finns sentiment och/eller svårhanterliga orsaker i elevens ”mentala karta” krävs en större tidsram.

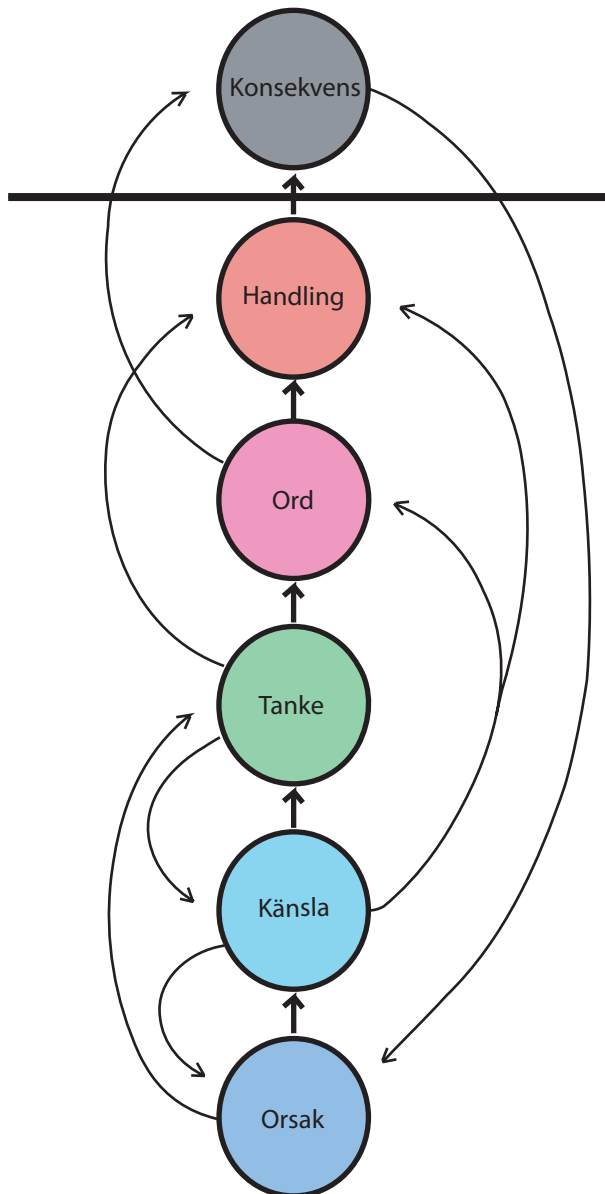


# Single eller double loop learning?



I undervisningen arbetar jag mycket med metaforer. Förståelse utvecklas när vi sätter (kontrasterar) förhållanden och företeelser i relation till varandra. *"Metaforer är ofta nödvändiga för att uttrycka fenomen som ännu saknar etablerade begrepp eller som är allt för komplicerade och abstrakta för att (för ett visst syfte eller för en viss publik) beskrivas i bokstavliga termer."* (<http://www.mv.helsinki.fi>.) Likna bilden ovan vid elevens (glasögon) syn på världen. Om ena ögat behöver tränas sätter man lapp för andra. I realiteten innebär det att pedagogen undervisar där kunskapen kan och behöver bättras på. För de flesta kan det vara fullständigt förblindande att fullt ut träna båda ögonen samtidigt.

# Subliminal Effekt



Genom Strukturerade Samtal förs hos ungdomen undermedveten kunskap upp ovanför medvetandetröskeln (vågrät linje i bilden tv.)

Bilden här kan symbolisera en ungdom som inte kopplar konsekvenser till egen handling. Ungdomen kan då känna sig mycket orättvist behandlad och uppleva att den/de som tillrättavisar eller utdelar någon form av bestraffning gör helt fel.

Ungdomen kan av olika anledningar tro sig vara medveten om vissa förhållandens sanningsenlighet. Denna illusion kan utåt ge sken av att ungdomen har mycket kunskap kvar att föra upp över medvetandetröskeln. Här uppmuntras ungdomen i samtalen att omvärdera gammal kunskap (ex. sentiment).

Då ungdomen förträngt händelser måste i samtalen stor försiktighet och takt känsla iakttagas. Det behöver inte vara så att subliminal effekt är det bästa förhållningssättet vid förträngning. Att utgå från nuet och blicka framåt kan för somliga ungdomar vara mindre jobbigt än att behöva bli medveten om gamla händelser.

Denna förklaringsmodell behandlar endast själva principen med Subliminal effekt. Subjektivt sett kan livet liknas vid ett sammanhängande pussel där vissa delar kan vara döljda i ett slags dunkel (läs omedvetenhet). Detta kan med fördel vid användande av Strukturerade Samtal jämföras med äventyrs-/dataspel där spelarkaraktern måste utforska all ny terräng som är dold under svart färg, genom att ge sig ut på upptäcksfärd och därigenom skingra den svarta färgen.