

Midt-Telemark
kommune

Brosjyre for
veileder for
forebygging og
håndtering av
utfordrende atferd

2022

Innhold

Hva gjør vi for å forebygge	Side 3
Trappemodell – hvor setter vi grensen for eleven?	Side 4
Toleransevinduet	Side 5
Faseorientert håndtering av konflikter og aggresjon	Side 6
God reguleringsstøtte i frustrasjonsfasen	Side 7
God reguleringsstøtte i forsvarsfasen	Side 8
God reguleringsstøtte i aggresjonsfasen	Side 9
Hva gjøres etter utagering? (Selvkontrollfasen)	Side 10
Lovverk - Nødrett og nødverge	Side 11
Praktiske verktøy til bruk i skolehverdagen	Side 12



Hva gjør vi for å forebygge utfordrende atferd?

I følge Lillevik og Øien (2020) har vi tre grunnprinsipper innenfor forebygging av vold og aggresjon:

- 1. Bygge relasjon:** Skap forutsigbare strukturer og en inkluderende skole som fremmer utvikling av sosial kompetanse og evne til konflikthåndtering blant både lærere og elever.
- 2. Vurdere situasjonen:** Vær oppmerksom på særlige risikoforhold som **avmakt** og frustrasjon hos elever, elever med tidligere voldsatferd og direkte og indirekte trusselsituasjoner.
- 3. Håndtere aggresjon:** Møt elevens aggresjon med aggresjonsdempende kommunikasjon.

De ansatte i MT-skolen må:

- Kjenne lovverket
- Kjenne skolens rutiner for oppfølging av situasjoner hvor barn utfordrer
- Ha felles kunnskap om hva som er aggresjonsdempende
- Kjenne sine elever godt
- Kjenne sitt eget reaksjonsmønster og beholde roen i utfordrende situasjoner
- Velge tilnærminger som skaper trygghet og forutsigbarhet
- Samarbeide tett med eleven, hjemmet og andre ansatte. Vi må skape et godt «lag» rundt eleven!

Trappemodell – hvor setter vi grensen for eleven?

- Hvilket trappetrinn setter vi grensen på? En grense som faktisk gjelder; hvor det blir mye styr for barna, hvor de foresatte blir koblet inn – at elevene opplever at atferden ikke lønner seg? Noen elever vil gå nedover trappen helt til de blir stoppet. Vi ser det spesielt ved skolestart og ved skifte av kontaktlærere. Det kan være elever som er utrygge på de voksne og er usikre på hvilke regler som faktisk gjelder. De vil bestemme selv for å ha kontroll.
- Skal vi lykkes i grensesettingen, må **alle** voksne som jobber med gruppen/eleven ha definert helt konkrete regler og reaksjoner og være 100 % lojale mot disse. Samtidig må en være relasjonell varm mot alle elevene, slik at vi utøver en autoritativ klasseledelse. Blir det autoritært (tydelige ledelse men med kald relasjon til elevene), kan det fort bli hardt mot hardt, slik at begge «taper».
- Ved å stoppe alle på første trappetrinn, ha nulltoleranse på negativ atferd, kan man hindre at elever utvikler negativ adferd. **Alle** må gripe inn for å unngå at elevene fortsetter ned trappen. **For å lykkes må vi være gode på reguleringsstøtte!**

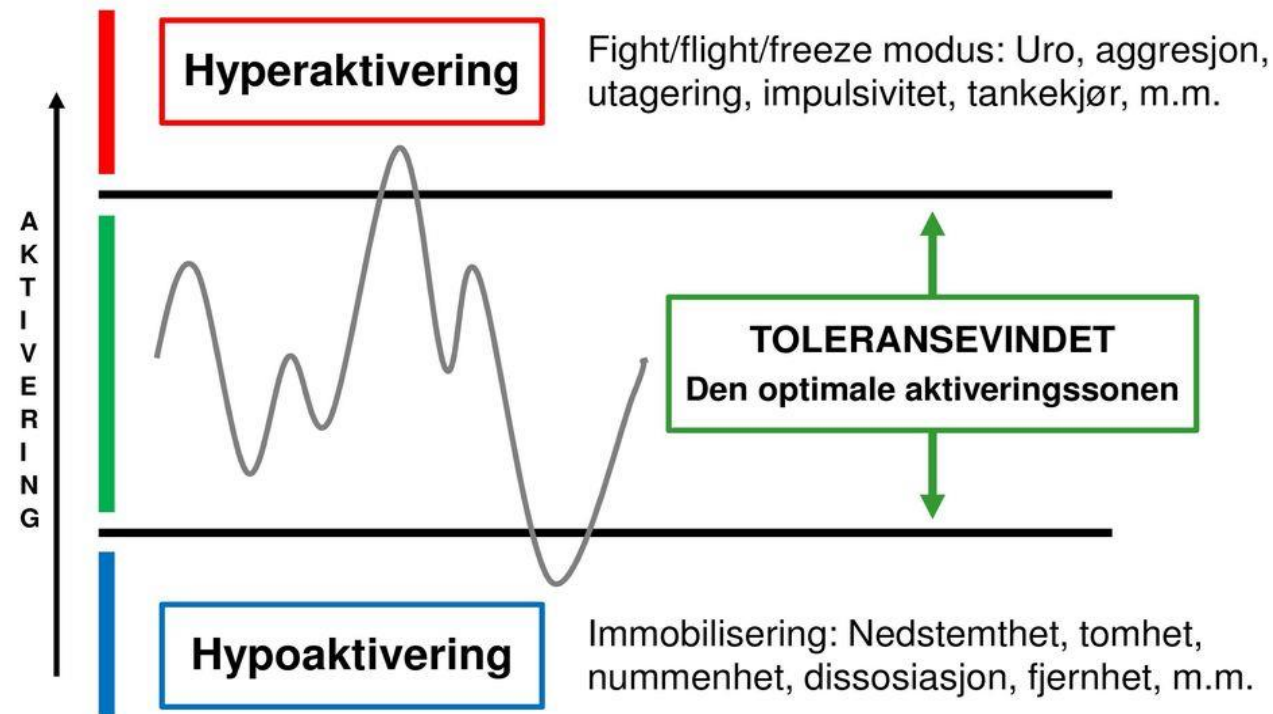
Øverst	Eleven følger vanligvis reglene
Trappe trinn 1	Eleven bryter regler som ikke er farlige for noen: Lue på, ikke innesko, rekker ikke opp handa.
Trappe trinn 2	Eleven forstyrrer ofte undervisningen for medelever og lærer. Prater høyt, vandrer i klasserommet, banner.
Trappe trinn 3	Eleven nekter å arbeide, nekter å ta opp bøkene, vil bestemme selv, har ofte egen versjon alt det som skjer.
Trappe trinn 4	Eleven bruker fysisk makt, er trakasserende, slåss i timer og friminutt
Trappe trinn 5	Eleven bruker fysisk makt også mot det voksne personalet

Forskning viser at barn som tidlig i skolegangen bryter grenser og utøver vold mot andre (barn og voksne) har større sjanse for å ende opp med et aggresjonsproblem som voksen. Barn må lære å regulere følelsene sine, og finne andre strategier for samhandling med andre.

Toleransevinduet

- Alle elever opplever varierende grad av stress og følelsesmessige belastninger i skolehverdagen. For at læring skal skje bør imidlertid eleven være i den optimale aktiveringssonen/læringssonen eller det som betegnes som elevens *toleransevindu*. Her er eleven rimelig komfortabel, trygg og mentalt påkoblet det som foregår, f.eks. i lærings situasjonen og betingelsene for læring er til stede. [Se mer om toleransevinduet her.](#)

Toleransevinduet

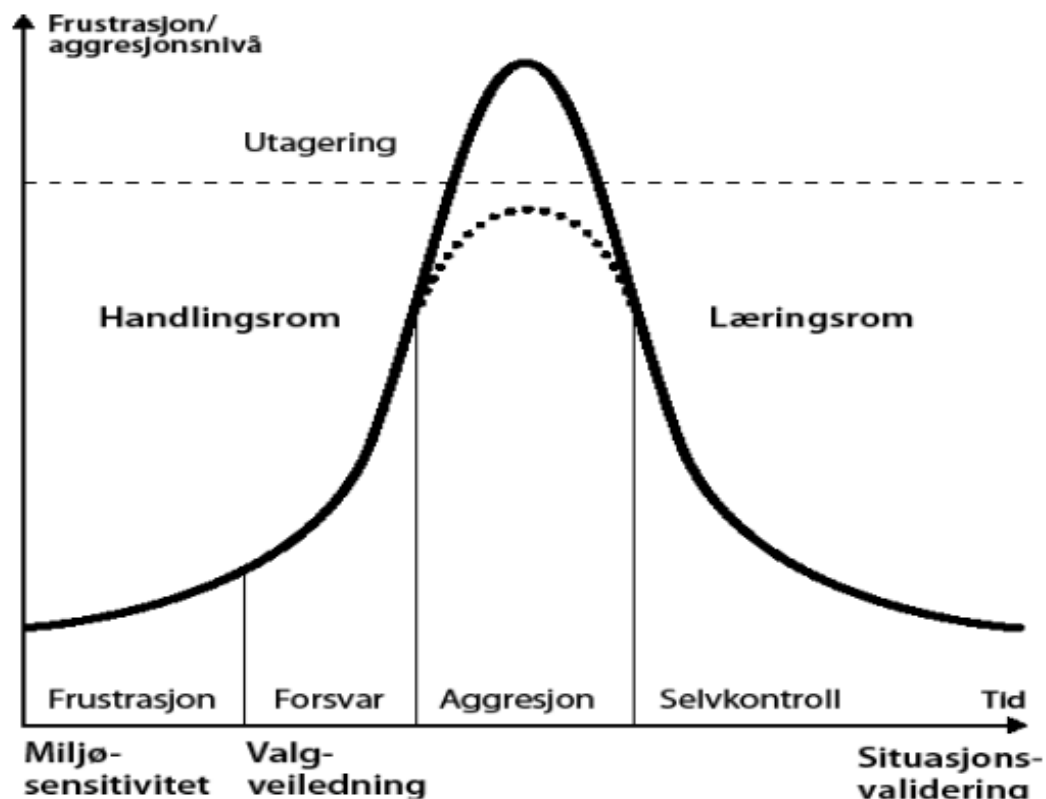


Toleransemodellen er fin for å forstå hvorfor eleven og en selv, reagerer som man gjør, i situasjoner som er utfordrende.

Dag Ø. Nordanger, 2014 (Tilpasset etter Ogden, Minton & Pain, 2006)

Faseorientert håndtering av konflikter og aggresjon

- Jo tidligere en kommer inn med støtte i en aggresjonssituasjon, jo større er muligheten for å forebygge. Skal vi lykkes med dette må vi kjenne til de ulike fasene i en aggresjonssituasjon. Se Figur 5.1 nedenfor. **Denne modellen kombinert med kunnskap om “toleransevinduet”, øker de voksnes muligheter til å forstå eleven som er i en aggresjonsutvikling.** Når vi vet at elever med dårlig følelsesregulering lett blir stresset og går i beredskap, gir det oss et annet utgangspunkt enn om vi tenker at dette er elever som bevisst velger å være aggressive. Ved å «lese» elevens signaler i frustrasjons- og forsvarsfasen vil mye aggresjon kunne forebygges. Når det gjelder å etablere strategier i forhold til elever med voldsom og aggressiv atferd, gjelder hovedprinsippet: ***minst mulig fysisk maktbruk fra den voksnes side.***



God reguleringsstøtte innebærer voksnes bevissthet i møte med eleven i ulike faser av aggresjonen.

God reguleringsstøtte i frustrasjonsfasen

Tiltak/handlingsvalg	Bidrar til
Søk kontakt med eleven. Se og hør eleven. Anerkjenne elevens følelser.	<ul style="list-style-type: none">• Oversikt over situasjonen• Eleven opplever å bli tatt på alvor• Øker elevens selvreguleringsevne og sosial kompetanse
Vær rolig og snakk rolig - ikke skap unødvendig oppmerksomhet i klassen	<ul style="list-style-type: none">• Trygghet og ivaretagelse av integritet• Unngår forstyrrende innspill fra andre
Omsorgsfull berøring hvis mulig	<ul style="list-style-type: none">• Trygghet, varme og omsorg• Hjelper på elevens oppmerksomhet
Vurder om eleven har behov for å få snakke om noe med en gang, eller om det kan vente - gjør eventuelt avtale	<ul style="list-style-type: none">• Forutsigbarhet og trygghet• Ivaretagelse av elevens behov
Avled eventuelt elevens oppmerksomhet over på noe annet	<ul style="list-style-type: none">• Elevens fokus går over til noe positivt
Bruk humor dersom det passer seg - det kan snu situasjonen	<ul style="list-style-type: none">• Elevens fokus går over til noe positivt
Du kan bevisst overse situasjonen. Observer videre...	<ul style="list-style-type: none">• Unngå eskalering...• Noen ganger vil eleven ha behov for å være for seg selv...
Vurder om andre kan eller bør overta samhandlingen.	<ul style="list-style-type: none">• Elevens relasjoner til voksne imøtekommes og skaper trygghet Man kan bryte frustrasjonsutviklingen

God reguleringsstøtte i forsvarsfasen

Bidra til	Aggresjonsdempende kommunikasjon
Oversikt, forutsigbarhet og trygghet	<ul style="list-style-type: none">• Skap trygg og kontrollert avstand og gjensidig retrettmulighet• Snakk rolig og forståelig• Skap en vinn-vinn situasjon, let etter kompromisser• Spør om eleven kan sette ord på årsaken til sinne• Vær bevisst på å senke farten• Vær raus, ta i mot og tål noe av elevens sinne• Tål å bli avvist• Sett grenser og vær tydelig på hva du kan møte eleven på og hva du ikke kan fire på• Synliggjør eventuelle konsekvenser dersom den aggressive atferden fortsetter
Alternativer og valg	<ul style="list-style-type: none">• Oppfordre eleven til å bidra til problemløsning• Let etter kompromisser og foreslå løsninger• Synliggjør valg og muligheter eleven har
Innflytelse og påvirkningsmulighet	<ul style="list-style-type: none">• Se og hør eleven. Ta eleven på alvor• Snakk med og ikke over hodet på eleven• Anerkjenn elevens sinne• Oppfordre til selvkontroll• Vurder om noen andre kan/bør overta samhandlingen dersom situasjonen låser seg helt• Ikke lås deg fast i en unødvendig maktkamp



God reguleringsstøtte i aggresjonsfasen

Valg av handling	Bruk av skjønn	
Skygging	<ul style="list-style-type: none">• Eleven imøtekommer ikke alminnelige verbale instruksjoner• Inngripen er nødvendig for å avverge videre eskalering av frustrasjon• Vurdering av fare for skade eller krenkelse av andres rettigheter• Vær bevisst fysisk plassering i forhold til avstand til eleven	<ul style="list-style-type: none">• Kombiner skygging med konfliktdempende kommunikasjon• Gi eventuelt mer tid og rom ved å trekke deg noe tilbake, dersom eleven velger å imøtekomme• Bekreft ønsket atferd
Håndledning / aktiv skjerming	<ul style="list-style-type: none">• Eleven imøtekommer ikke skygging• Håndledning er nødvendig for å korrigere eleven/føre eleven bort fra situasjonen• Vurdering av fare for skade eller krenkelse av andres rettighete.• Bruk konfliktdempende kommunikasjon	<ul style="list-style-type: none">• Gi eventuelt mer rom og tid ved å redusere til skygging, eller trekke deg mer tilbake• Bekreft ønsket atferd• Forklar hvorfor du berører fysisk• Vurder grad av inngripen/teknikk• Vurder elevens opplevelse av håndledning
Aktiv beskyttende holding	<ul style="list-style-type: none">• Er holding nødvendig for å avverge skade i henhold til straffelovens bestemmelser• Skaff deg oversikt og vurder elevens oppfattelsesevne• Vurder risiko ved inngripen• Vær bevisst forholdsmessighetsprinsippet! (inngripen må samsvare i forhold til vurdering av situasjonen, elevens atferd, fare for skade, elevens alder...)• Minst mulig fysisk inngripen• Sørg for at du ikke utsetter deg for fare• Begrens det verbale. Unngå diskusjon	<ul style="list-style-type: none">• Forklart rolig, kort og konkret hva/hvorfor du gjør• Bruk konfliktdempende kommunikasjon• Unngå opplevelser som påføring av smerte• Vær tydelig på hva du ikke kan imøtekomme• Hold fokus på å finne løsninger/kompromisser• Hold fokus egne følelser (toleransevidu)• Vurder om andre skal overta• Vurder egen styrke og effekt på barnet• Reduser/avslutt holding så tidlig som mulig• Tilkall annet personale

Hva gjøres etter utagering? (Selvkontrollsfasen)

Nedtrapping og gjenoppretting	Tiltak
<p><u>Selvkontroll/Nedtrapping</u> Elevens atferd er preget av utmattelse og resignasjon. Eleven unngår øyekontakt, er lei seg (vil gjøre opp for seg), er forvirret, benekter, skylder på andre eller ønsker ikke å snakke om det som har skjedd.</p>	<p><u>Tiltak i selvkontrollsfasen:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Led eleven til et stille rom med tilsyn• Gi eleven tid til å roe seg• Gi korte enkle oppgaver som eleven kan mestre på egenhånd• Foreslå at eleven kan skrive om det som har hendt• Tilbakefør eleven til klassen og gjenoppta vanlige rutiner
<p><u>Roer seg – gjenoppretting</u> Eleven har roet seg ned og viser vilje til å utføre oppgaver uten hjelp fra læreren. Eleven er forsiktig og avmålt i kontakt med de andre, fungerer dårlig i gruppearbeid og liker ikke å snakke om det som har skjedd.</p>	<p><u>Tiltak når eleven roer seg:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Tilbakefør eleven til klassen og gjenoppta vanlige rutiner• Vent med å ta opp det som har hendt til eleven er mottakelig for kommunikasjon• Hjelp eleven til å sette ord på følelsene sine• Hjelp eleven til å ta ansvar for sin del av utageringen• Anerkjenn alle tilløp til problemløsende atferd. Hjelp eleven til å finne alternative måter og strategier for å løse problemer på i fremtiden• Hjelp eleven med å gjenopprette relasjoner til medelever og lærere som har vært involvert• Be om at eleven hjelper til å rydde opp etter seg (om elevens funksjonsnivå gir rom for dette)• Formidle tro på at eleven kan lykkes med hjelp og støtte (mestringsperspektiv)• Lag en plan med klare trinn for hva som skal gjøres videre hvor eleven selv er aktivt deltagende• Informere foreldre om gode løsninger og inviter de til å samarbeide med skolen om framtidige planer, negative konsekvenser og grensesetting



Lowverk - Nødrett og nødverge

- Hvis elevens atferd blir voldelig kan det være nødvendig at de voksne griper fysisk inn for å stoppe eleven. Fysisk inngripen kan variere fra ulike grader av berøring og håndledning – til aktiv holding av eleven
- For å møte elever som står i fare for å forårsake skade er det viktig at de voksne er trygge i ulike tilnæringsmetoder, og at de har et **aggresjonsdempende fokus**. Man må være bevisst sitt valg med tanke på å holde trygg og kontrollert avstand eller gripe fysisk inn. Bevissthet rundt hvor den voksne er i sitt «toleransevindu» er avgjørende. Valg av handlinger skal ikke være styrt av emosjoner som sinne og irritasjon
- *Eksempler på situasjon hvor man bruker nødrett/nødverge kan være at en lærer må bruke fysisk inngripen/makt, for å hindre at en elev skader seg selv eller andre, eller skader fast eiendom eller løsøre. Det kan for eksempel være nødvendig å bruke fysisk makt for å stoppe en slåsskamp, beskytte elever eller seg selv mot en elev som opptrer truende og voldelig, eller stanse en elev som forsøker å ødelegge eiendeler.*
- **Adgangen til å bruke nødrett og nødverge er snever, og kan bare brukes når det er nødvendig. Man skal ha forsøkt å benytte seg av alle andre handlinger som er mulig, før fysisk inngripen/tvang. HUSK: Defensiv holdning og minste inngripende tiltak!**

Straffeloven § 17. Nødrett

En handling som ellers ville være straffbar, er lovlig når:

- a) den blir foretatt for å redde liv, helse, eiendom eller en annen interesse fra en fare for skade som ikke kan avverges på annen rimelig måte, og
- b) denne skaderisikoen er langt større enn skaderisikoen ved handlingen.

Straffeloven § 18. Nødverge

En handling som ellers ville være straffbar, er lovlig når den:

- a) blir foretatt for å avverge et ulovlig angrep,
- b) ikke går lenger enn nødvendig, og
- c) ikke går åpenbart ut over hva som er forsvarlig under hensyn til hvor farlig angrepet er, hva slags interesse som angrepet krenker, og angriperens skyld.

Regelen i første ledd gjelder tilsvarende for den som iverksetter en lovlig pågripelse eller søker å hindre at noen unndrar seg varetektsfengsling eller gjennomføring av frihetsstraff.

Utøving av offentlig myndighet kan bare møtes med nødverge når myndighetsutøvingen er ulovlig, og den som gjennomfører den, opptrer forsettlig eller grovt uaktsomt.

Praktiske verktøy til bruk i skolehverdagen

Praktiske verktøy:

- [10 TPO-tips](#)
- [Kriterier for en god undervisningspraksis](#)
- [Kjennetegn ved en god beskjed](#)
- [Kjennetegn på god klasseledelse](#)
- [UDIR om klasseledelse](#)
- [Hva er inkludering](#)
- [Toleransevinduet](#)
- [Den tredelte hjernen](#)
- [UDIR om bruk av nødrett/nødverge](#)
- [Video med Pål Roland: Barn og unge med atferd som utfordrer.](#)

Tips til læringsaktiviteter og praktiske grep:

- [Snu-metoden](#)
- [Mystisk elev/The Good Behavior Game](#)
- [Bruk «Gaming» som læringsaktivitet](#)
- [Skole-hjem-samarbeid: Ros må sendes hjem!](#)