

Psykisk hälsa med skolan som arena

DISKUSSIONSFRÅGOR- FÖRELÄSNING KRISTINA BÄHR

Efter att ni tittat på föreläsningen diskutera nedanstående frågor.

RESILIENS & AGENTSKAP I SKOLVARDAGEN

- Hur kan vi i vår undervisning och i vårt bemötande stärka elevernas känsla av att de kan påverka sitt eget liv (agentskap)?
- När ger vi elever reella möjligheter att påverka?
- Hur hjälper vi dem att tolka motgångar som tillfälliga och hanterbara?

KASAM – BEGRIPLIGHET, HANTERBARHET & MENINGSFULLHET

- Hur kan vi organisera undervisning och kommunikation så att elever upplever skolan som begriplig, hanterbar och meningsfull?
- Är våra uppgifter och mål tillräckligt tydliga?
- Hur hjälper vi elever att förstå varför de gör det de gör?

EXEKUTIVA FUNKTIONER & VUXNAS KOMPENSATORISKA ROLL

- Medvetenhet om att exekutiva funktioner och metakognition utvecklas långt upp i vuxen ålder - vad innebär det för vårt uppdrag?
- När behöver vi vara "vikarier" för funktioner som ännu inte är fullt utvecklade?
- Hur kan vi konkret träna strategier som planering, prioritering och självreglering?

RELATIONER SOM SKYDDSAKTOR

- Hur arbetar vi systematiskt med relationsskapande - både mellan vuxen-elev och elev-elev?
- Hur hjälper vi barn och unga att skapa och behålla goda relationer?
- Hur är vi ambassadörer för ett gott bemötande även i pressade situationer?

ATT KOMMUNICERA MISSLYCKANDEN & BYGGA TILLRÄCKLIGHET

- Hur talar vi om skollyckanden - särskilt när det inte går bra?
- Hur kan vi hjälpa elever att se misslyckanden som en del av läroprocessen?
- Hur stärker vi känslan av tillräcklighet samtidigt som vi håller höga förväntningar?