

# Læreren – et helt vanlig menneske?

Om lærer-elev-relasjonen, om lærerens bidrag til relasjonen og sortering av følelser

- Robust forskningsfunn: elevens opplevelse av og forhold til læreren har stor betydning for læring, innsats, motivasjon, utholdenhet, resultater/karakterer, trivsel mm.
- Dette setter læreren i en særstilling – no pressure 😊

# Om lærere de husket å ha hatt en god relasjon med

- *«Læreren var en helt vanlig person, liksom.»*
- *«Det er jo normalt å spørre hvordan det går når man har hatt vondt i hodet eller noe. Hun spurte hvordan det gikk.»*
- *«Da mamma og pappa skiltes hadde jeg det helt jævlig. Det var én lærer som spurte meg hvordan jeg hadde det.»*
- *«Han spurt mæ koffer æ kom for seint. Og så tok'n mæ like my på alvor sjøl om æ sa æ hadd kranvla med mamma og pappa.»*

# Profesjonell – personlig – privat - menneskelig

- «Jeg klarer å skille mellom jobb og privat.»
- «*De gode lærerne var de som turte å bli personlige, de som turte å være helt vanlige folk.*»
- «*Æ lure på koffer dæm synes det e så skummelt?*»
- Relasjon – handler om emosjonelt bånd. Handler nødvendigvis om følelser og hvordan vi forvalter følelsene våre.

# Hva er følelser?

- Evolusjon, funksjon, drivkrefter, adaptivt.
- Fornuft eller følelse er et dårlig spørsmål – følelser er innmari fornuftig!
- Kropp, tanker, atferd
- Hver følelse har en atferds- reguleringsrespons.
- Affektbevissthet/følelsesbevissthet:
  - Å vite hva man føler (hvilken følelse) – vanskeligere enn du tror.
  - Å kunne kjenne hvor sterkt man føler noe.
  - Å være god til å se hva andre føler.
- Følelsesbevissthet økes når man som barn opplever at følelser blir gjenkjent, akseptert og satt ord på.
- For å kunne gjøre dette for barnet må du kunne gjøre det for deg selv. Derfor er det viktig for relasjonen til eleven å kjenne seg selv og øke egen affektbevissthet.

- Fra forskningslitteraturen: en god relasjon handler om opplevd
  - emosjonell støtte
  - Instrumentell støtte
  - Følelse av tilhørighet

# I ungdomsskolen

- *«Æ trur dæm prøvd å selvsendiggjør oss, men æ følt mæ egentlig ikke så stor æ. Æ trængt dæm.»*
- Mer krevende skole, mer krevende liv, mer realistisk vurdering av skoleferdigheter og andre slag i trynet.
- Mer usikkerhet og mer behov for emosjonell og instrumentell støtte øker med alderen. Samtidig er alle rundt mer opptatt av selvstendigjøringsprosessen. Elevenes opplevelse av støtte og følelse av tilhørighet synker i takt med alder. Mismatch.

# Emosjonell støtte – helt konkret

- Hva er det?
- Hvordan gjør man det?
- Når opplever eleven å ha fått det?
  
- Husk følelsenes funksjon og atferds- eller reguleringsrespons hos den andre. Hvis du møter tristhet med trøst så er du et helt vanlig menneske.

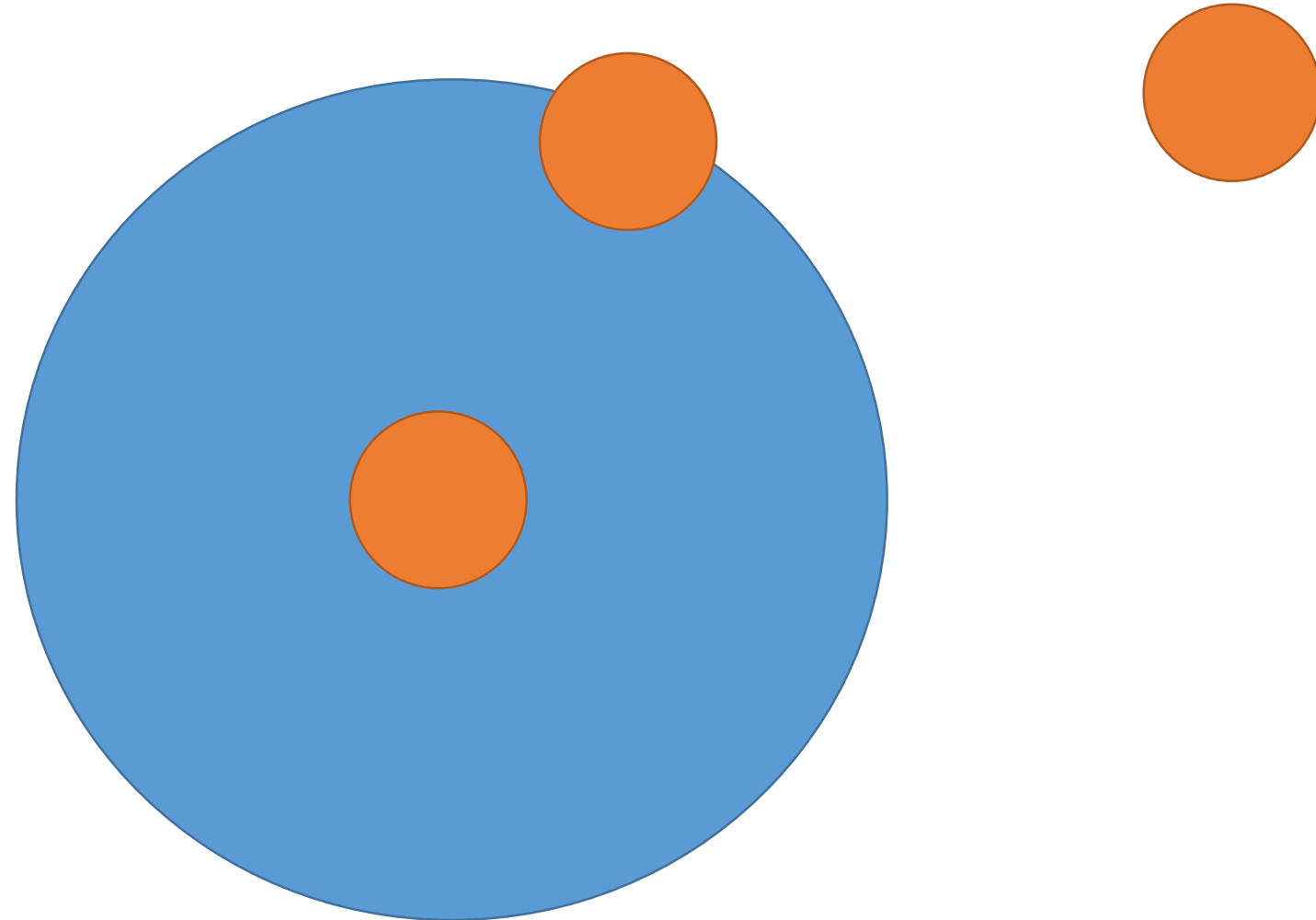


*«Han hata mæ. Helt seriøst hata mæ,  
liksom!»*

- Om å bli likt – en stor del av det som oppleves som emosjonell støtte – en stor del av en god relasjon.
- Alle vet hvilke lærere som liker hvem. Bevis: forskjellsbehandling.
- Å bli tatt på alvor. (Selvsagt – jeg fikk et rungende nei.)

# Øvelse – being with

- Glede
- Frykt
- Nysgjerrighet
- Sinne
- Tristhet
- (Slitenhet)
- (Sykdom)



# Lærereens følelser

- Hva er du redd for?
- Fryktene våre siver ut i alle relasjoner.
- Uten bevissthet – dårlig forvaltning – en rotete og potensielt dårlig relasjon.
- Vi må vite hva som er vårt og hva som er barnet sitt.
- Eksempel. Professorens datter. Identitet.
- Spesielle utfordringer med latskap, svakelighet, sykkelighet, de som trenger noe spesielt, drama?

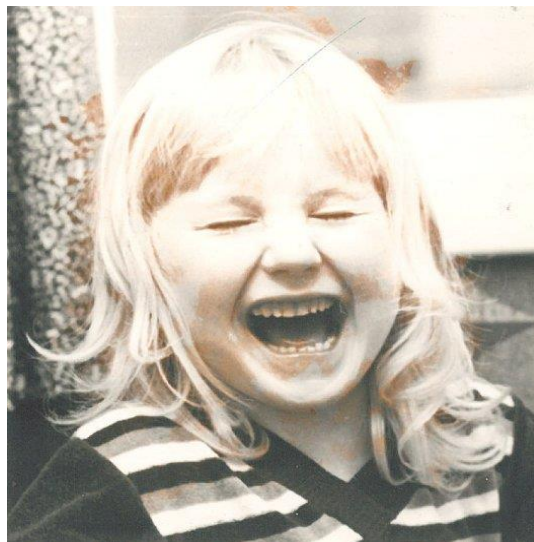
# Sitater fra lærere som antakelig *ikke* har sortert så godt ...

- «Jeg blir trist når du offer deg, jeg tror ikke du liker meg og det tenker jeg på når jeg går hjem for dagen.»
- «Det der skjønner til og med du, Hanna!»
- «Er du dum i hodet?»
- «Jeg skjønner det er vanskelig å få gjort skolearbeid når du er deprimert, men til neste gang, *da* har du skjerpet deg?»

- Om
  - hvorfor vi skal tørre å være personlige,
  - hvorfor vi skal tørre å bli kjent,
  - tørre å være et helt vanlig menneske.
  
- «*Æ lure på koffer dæm synes det e så skummelt?*»

# Takk for meg!

Susann Ødegård Dybvik



[susann.dybvik@gmail.com](mailto:susann.dybvik@gmail.com)