



Litt «hjernetrim»

Hallgeir Muren

Avdelingsleder for St.spes. og BA v.Stovner vgs.

Universitetslektor i pedagogikk v.ILS-UiO


Fysiologiske faktorer

- Nevrobiologiske prosesser styrer følelser, tanker og atferd

Sosiale- og kulturelle faktorer

- Disse tre faktorene er av betydning for ungdoms evne til læring og samhandling:
 1. Familiebakgrunn (arv, miljø, stimulans, oppfølging)
 2. kognitiv kapasitet (mer enn «to tanker i hodet» samtidig....).
 3. Selvregulering (evne til å utsette umiddelbare- og kortsiktige behov)

Aldersadekvat atferd

- Barn og ungdoms mentale helse er av stor betydning for deres evne til å regulere sine følelser og sin atferd. Voksne «forventer» vanligvis aldersadekvat atferd.
- Kan vi alltid forvente det av 16-19 åringer?
- Atferdsavvik hos ungdom  stressreaksjon hos den voksne

Emosjonsregulering

- Utfordringer knyttet til å det å regulere egne følelser hos ungdom virker forstyrrende på andre som ikke kjenner evt. diagnoser, eksempelvis AD/HD (attention-deficit/hyperactivity disorder):
- ADHD medfører: uoppmerksomhet-hyperaktivitet-impulsivitet
- Atferdsavvik har en tendens til å «stresse» omgivelsene.

Klassiske atferdsavvik

- Svekket emosjonsregulering medfører ofte impulsive handlinger som: risikoatferd, sinne, aggresjon, angst, utagering og selvbeskyttelse.

Stimuli og respons

- Det følelsesmessige nettverket (amygdala m.fl.senter i hjernen) prosesserer følelsesmessige stimuli, genererer emosjonelle responser, og danner forventninger om negative og positive utfall av handlinger. Dette nettverket er derfor assosiert med tilnærings- eller belønningssøkende atferd, og er sentral i sosial kommunikasjon og læring.
- Konsekvens: å **balansere** mellom positiv tilbakemelding og konstruktiv kritikk. Å opptre støttende, forklarende og inkluderende.
- Å etterstrebe og gi mer ros enn ris, men ros må komme når det er fortjent.
- Lærere- og instruktører «**må søke bevisst**» etter atferd som kan belønnes med positiv respons.

Ulik modning, ulik tilnærming

- **Det kognitive nettverket**
- Det kognitive nettverket (hjernens frontale regioner m.fl) er avgjørende for atferds- og emosjonsregulering. Disse områdene i hjernen modnes sent (i ungdomsalderen) og langsomt. Områdene bidrar til å kontrollere upassende og automatisk atferd og fører til mer rasjonell og fleksibel beslutningstaking.
- Modningsnivået er ulikt for jenter og gutter og ulikt mellom kjønn v.lik alder. Dette skyldes genetiske betingelser og sosial stimuli. **Gutte-hjernen ofte ikke ferdig «konstruert» før ved ca 24 år.....**
- Konsekvenser for lærer/instruktør: ved å behandle alle ulikt, nettopp fordi ingen individ er like, får de en rettferdig, lik og riktig behandling. Å kunne «se» hvert individs unike identitet

Kognitive aspekt

- Typen spørsmål som vi instruktører stiller til ungdom/elever er i stor, og ofte i svært stor grad, avgjørende for resultatet hos mottaker, altså hvordan vedkommende reflekterer, endrer seg, opptrer osv; altså handling/respons.
- Hva foregår inne i ungdommens hode/tankeverden?
- Kognitive aspekt: oppmerksomhet, hukommelse, persepsjon, språk, bedømming, resonnering, problemløsning, begrepsdanning

Planlegging av fremtiden

- 40% av yrkesfagelever tenker 2 timer frem i tid!
- 40% av yrkesfagelever tenker 2 dager frem i tid!
- 20% av yrkesfagelever tenker 2 år frem i tid!
- Hvor langt frem i tid tenker vi voksne, du og jeg?