

Modul 2.3: Kontekster for skolebaseret forebyggelse: Etablering af et trygt og understøttende økosystem

Skoler er mere end blot steder for akademisk læring. De er *økosystemer* – komplekse miljøer, der i væsentlig grad former unges udvikling og adfærd. Dette modul undersøger, hvordan vi som undervisere kan skabe skolesammenhænge, der *forebygger* risikoadfærd og fremmer en positiv udvikling for unge.

1. Skolemiljøets betydning: Mere end blot bøger og prøver

Tænk over, hvor meget tid eleverne bruger i skolen. Det er en *stor* del af deres liv! Skolemiljøet – alt fra den fysiske bygning til forholdet mellem elever og personale – har en stærk indflydelse på:

- **Social og følelsesmæssig udvikling:** Skoler er et sted, hvor eleverne lærer at interagere med jævnaldrende, navigere i sociale situationer, håndtere følelser og udvikle en selvforståelse.
- **Adfærdsmæssige valg:** Normerne, forventningerne og mulighederne på en skole kan enten fremme sund adfærd eller bidrage til risikable adfærdsmønstre.
- **Akademisk succes:** Et støttende og engagerende skolemiljø er afgørende for læring og præstationer. Elever, der føler sig trygge, tilknyttede og værdsatte, har større sandsynlighed for at trives akademisk.

Skolens overordnede *kultur, klima og fællesskab spiller en afgørende rolle i forhold til enten at fremme modstandsdygtighed (evnen til at komme sig over udfordringer) eller til at øge risikoen.*

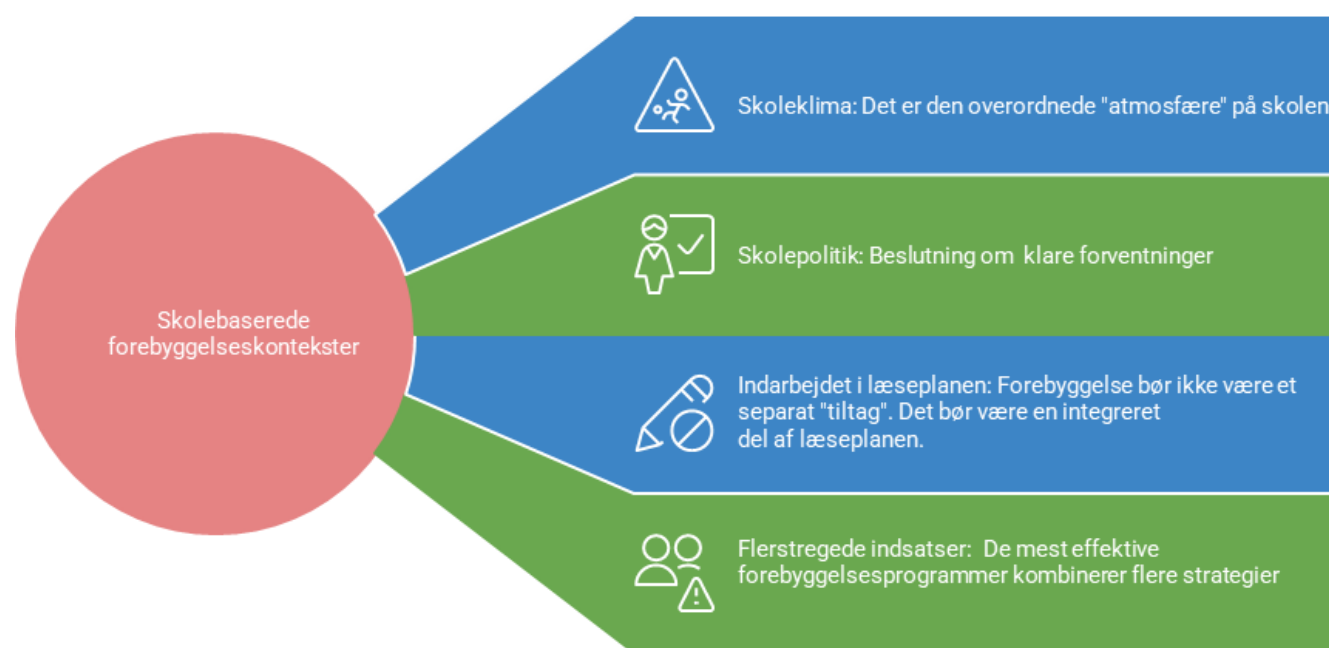
- **Skolens kultur:** Dette refererer til de fælles værdier, overbevisninger og normer, der former skolens funktion. Det er skolens "personlighed".
- **Skoleklima:** Dette er skolens *følelse* – *hvor tryk, støttende og engagerende den er for elever og personale.*

- **Fællesskaber i skolen:** Henviser til personerne og dynamikken mellem dem på skolen.

2. Vigtigste elementer i effektiv skolebaseret forebyggelse: Opbygning af et stærkt fundament

Hvad gør en skole effektiv i at forebygge risikoadfærd? Det handler ikke om én magisk løsning, men snarere en kombination af faktorer, der spiller sammen.

Effektiv skolebaseret forebyggelse



- **Skolens klima: Sagens kerne**
 - **Definition:** Skolens klima er skolens overordnede "atmosfære". Det omfatter:
 - **Tryghed:** Både fysisk tryghed (at føle sig beskyttet mod skade) og følelsesmæssig tryghed (at føle sig godt tilpas med at udtrykke sig selv).
 - **Relationer:** Kvaliteten af interaktionerne mellem elever, lærere og

personale. Er de respektfulde, støttende og tillidsfulde?

- **Undervisnings- og læringspraksis:** Er undervisningsmetoderne engagerende og relevante? Fremmer de kritisk tænkning og problemløsning?
- **Organisationsstrukturer:** Er skolens regler og procedurer retfærdige og håndhæves de konsekvent?

○ **Indvirkning:**

- **Positivt skoleklima:** Fører til forbedret elevadfærd, bedre akademiske præstationer, højere fremmødeprocenter og øget følelse af tilhørsforhold. Eleverne har større sandsynlighed for at trives, når de føler sig trygge, respekterede og forbundet.
- **Negativt skoleklima:** Kan bidrage til øget risikoadfærd, fysisk eller psykisk fare som chikane, vold, uforsigtig og respektløs interaktion og relationer med skolens personale og jævnaldrende samt lavere akademiske præstationer. Elever, der føler sig utrygge, ustøttede eller afkoblede, har større sandsynlighed for at have det svært.

● **Skolepolitik: Fastsættelse af klare forventninger**

- **Vigtige politikker:** Skoler har brug for klare og omfattende politikker, der adresserer centrale risikoområder. Disse omfatter:
 - **Antimobbepolitikker:** Definition af mobning, beskrivelse af konsekvenser og støtte til ofre og gerningsmænd.
 - **Politikker om stofmisbrug:** Regler vedrørende alkohol, tobak, energidrikke ¹, e-cigaretter og andre stoffer, herunder forebyggende undervisning og konsekvenser af overtrædelser.
 - **Retningslinjer for digital adfærd:** Fremme af ansvarlig og sikker online adfærd.

¹Energidrikke kan indeholde et højt indhold af koffein og andre stimulanser, som er lovlige, men kan have negative virkninger på elevernes helbred, adfærd, koncentration og søvn.

- **Politikker til fremme af mental sundhed:** Støtte til studerendes trivsel og adgang til mentale sundhedsydelser.
- **Succesfulde eksempler:** Senere i dette kursus (modul 2.4) vil vi udforske konkrete eksempler på skoler i Europa, der har implementeret effektive forebyggelsesorienterede politikker, og undersøge deres implementeringsstrategier. Dette vil omfatte et kig på, *hvordan* de implementerede disse politikker – ikke kun selve politikkerne, men også de strategier, de brugte til at få dem til at fungere.
- **Integration af læseplaner: Forebyggelse i alle fag**
 - Forebyggelse bør ikke være et separat "tilføjelsestiltag". Det bør væves ind i læseplanens struktur.
 - **Metoder:**
 - **EksPLICIT instruktion:** Direkte undervisning i elevernes risikoadfærd, sunde valg og mestringsstrategier (f.eks. i sundhedsfag).
 - **Implicit integration:** Indarbejdelse af forebyggelsestemaer i andre fag. For eksempel at diskutere den sociale og følelsesmæssige indvirkning af historiske begivenheder i historietimen, eller i sprogfag at analysere de teknikker, der overtaler os, og så anvendes i reklamer.
 - **Tværfaglige tilgange:** Fremme sociale og emotionelle færdigheder som at forstå og håndtere følelser, opbygge sunde relationer, vise empati, træffe ansvarlige beslutninger, kommunikation og konfliktløsning på tværs af alle fag.
- **Multikomponente indsatser: Synergiens kraft**
 - De mest effektive forebyggelsesprogrammer kombinerer flere strategier. Det er som at have et hold af superhelte, hver med deres egne særlige kræfter, der arbejder sammen.
 - **Komponenter:**
 - **Læreplaner:** Klasseundervisning og aktiviteter.

- **Varierede undervisningsmetoder** : Brug af interaktive tilgange til at hjælpe eleverne med at udvikle essentielle færdigheder.
- **Teoribaserede programmer**: Disse programmer er baseret på veletablerede teorier, bruger pålidelig information og er bakket op af forskning, der viser, at de virker.
- **Tilstrækkelig dosis**: Programmerne bør tilbyde nok sessioner eller som støtte for at gøre en reel forskel, med opfølgning efter behov for at opretholde de positive resultater.
- **Positive relationer**: Disse programmer hjælper eleverne med at opbygge stærke, støttende relationer med både voksne og jævnaldrende, hvilket fremmer deres personlige og akademiske udvikling.
- **Passende timing og sociokulturel relevans**: Programmerne bør matche elevernes alder og udviklingstrin og være respektfulde over for deres kulturelle baggrund og samfundsværdier.
- **Læreruddannelse**: Udstyre lærere med den viden og de færdigheder, der skal til for at håndtere risikoadfærd.
- **Forældreinddragelse**: Inddragelse af forældre som partnere i forebyggelse.

Evaluering af resultater: Programmet har en klar definition af, hvad der ønskes opnået, og så er det vigtigt at kontrollere, hvor godt udbyttet er blevet, ved at se på resultaterne.

3. Inkluderende og retfærdige tilgange til forebyggelse: Ingen lades i stikken

Forebyggelsesindsatsen skal være inkluderende og retfærdig – hvilket betyder, at den når *alle* elever, uanset deres baggrund eller behov.

- **Retningslinjer for inkluderende sprog fra American Psychological Association**

(APA): Vi bruger et sprog, der er respektfuldt og præcist, og som undgår stereotyper.

- **Håndtering af mangfoldighed:**

- **Kulturel følsomhed:** Anerkendelse og respekt for elevernes forskellige kulturelle baggrunde.
- **Inklusion af marginaliserede grupper:** Sikring af, at forebyggelsesprogrammer er relevante og tilgængelige for elever, der kan være i højere risiko på grund af faktorer som race, etnicitet, seksuel orientering, kønsidentitet eller socioøkonomisk status.
- **Lighed:** At yde støtte til alle elever, herunder elever med forskellige læringstilgange, til de elever, der kan følge et helt pensum.
- **Overvejelser omkring tilgængelighed:** At sørge for, at alle materialer og aktiviteter er tilgængelige for studerende med handicap (i henhold til W3C's tilgængelighedsstandarder).

- **Sikring af, at indsatser tager hensyn til forskellige baggrunde:** Vi vil undersøge, hvordan man kan skræddersy forebyggelsesindsatser for at imødekomme behovene og oplevelserne hos forskellige elevgrupper. Dette kan indebære at tilpasse materialer, bruge forskellige undervisningsmetoder eller yde yderligere støtte. Målet er at skabe et skolemiljø, hvor *alle* elever føler sig trygge, støttede og i stand til at træffe sunde valg.