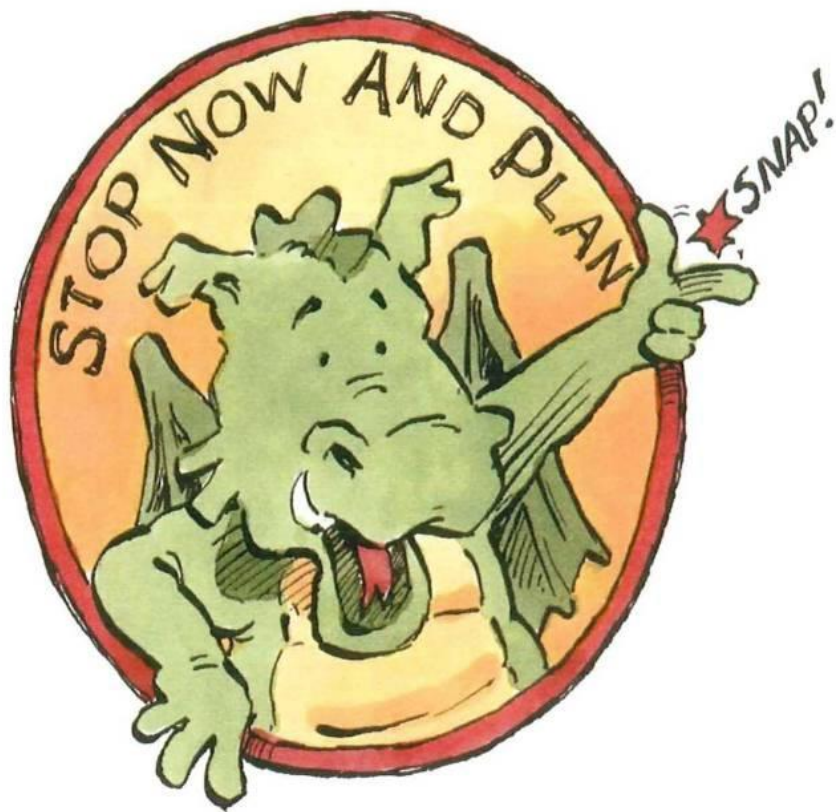




SNAP

(stop now- and- plan!)

PALS Konferanse 19. september 2025

May-Synøve Langfeldt Engen

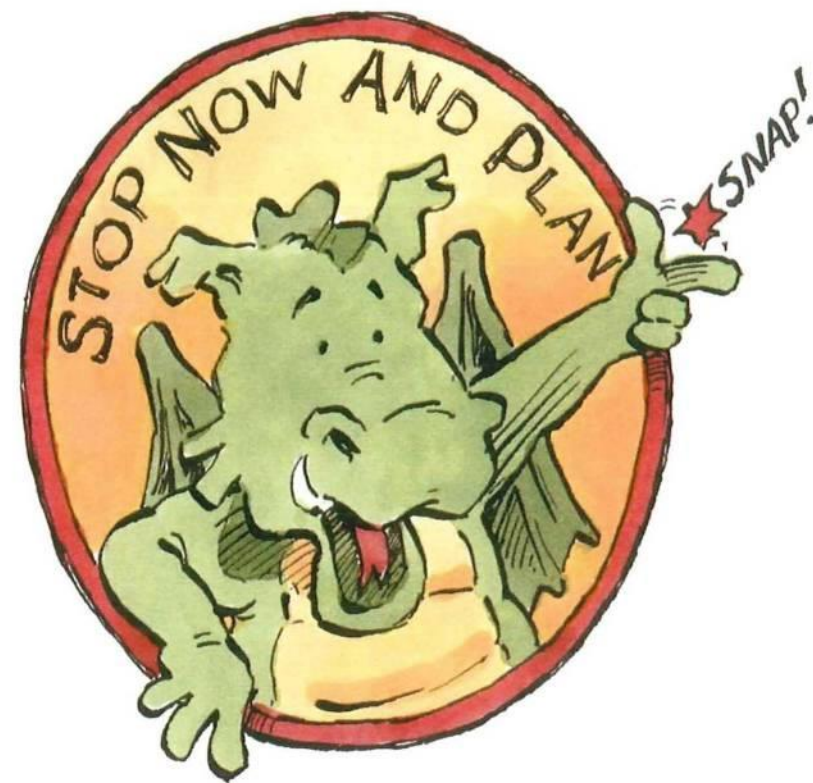
Mysen skole

Frode Heiestad

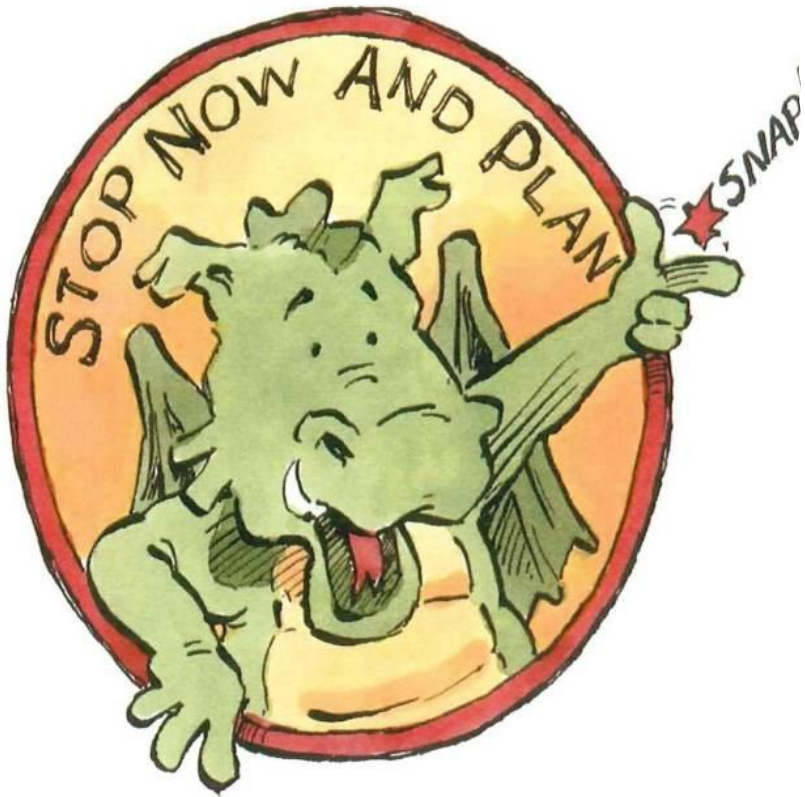
NUBU

Hva er SNAP?

- 4-7 barn 4.- 7. trinn (har gjort unntak for elever på 3.trinn).
- Tiltak for elever som viser atferdsvansker.
- Tiltak for elever som trenger hjelp til selvhevdelse.
- Det informeres om SNAP til alle elevene fra 4-7.trinn.
- Vi ønsker at elevene skal selv ved hjelp av samtaler med lærer og sosiallærer se at dette kan være til hjelp.
- Elevene bør ha motivasjon til å delta.

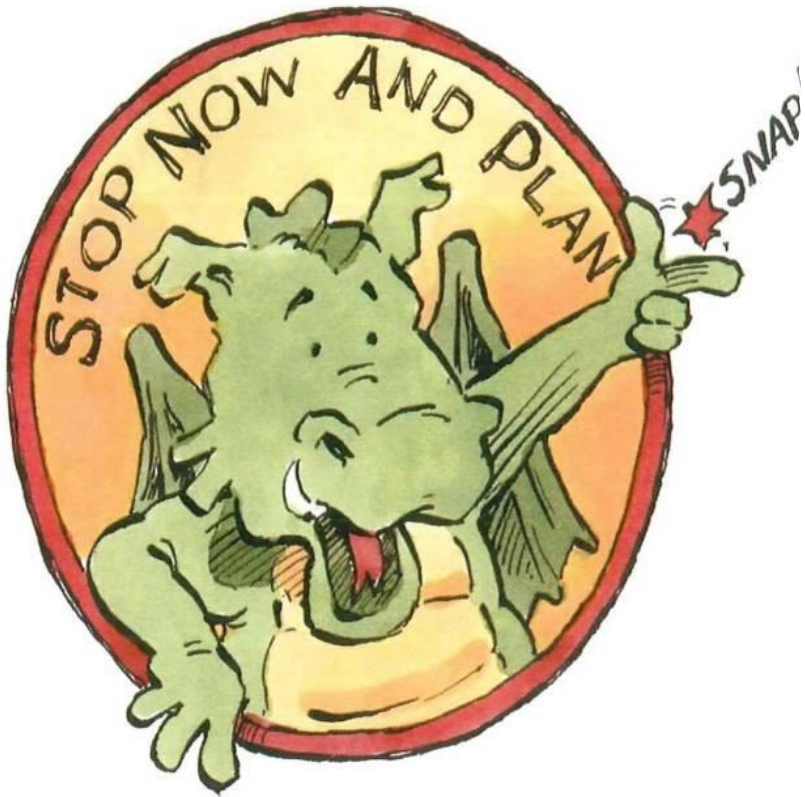


Hvordan introdusere SNAP for foresatte



- SNAP er en del av PALS
- Tilbud om noe som kan hjelpe barnet deres
- Utprøvd opplegg som er attraktivt for elevene
- Eleven må tas ut av annen undervisning de timene kurset holdes (1,5 timer hver torsdag i 9 uker)
- For at elevene skal ha størst mulighet for å lykkes er det av stor betydning at foresatte følger opp oppmuntringsbøkene, støtter og er nysgjerrige på hva elevene lærer på SNAP

Hvordan introdusere SNAP for foresatte?

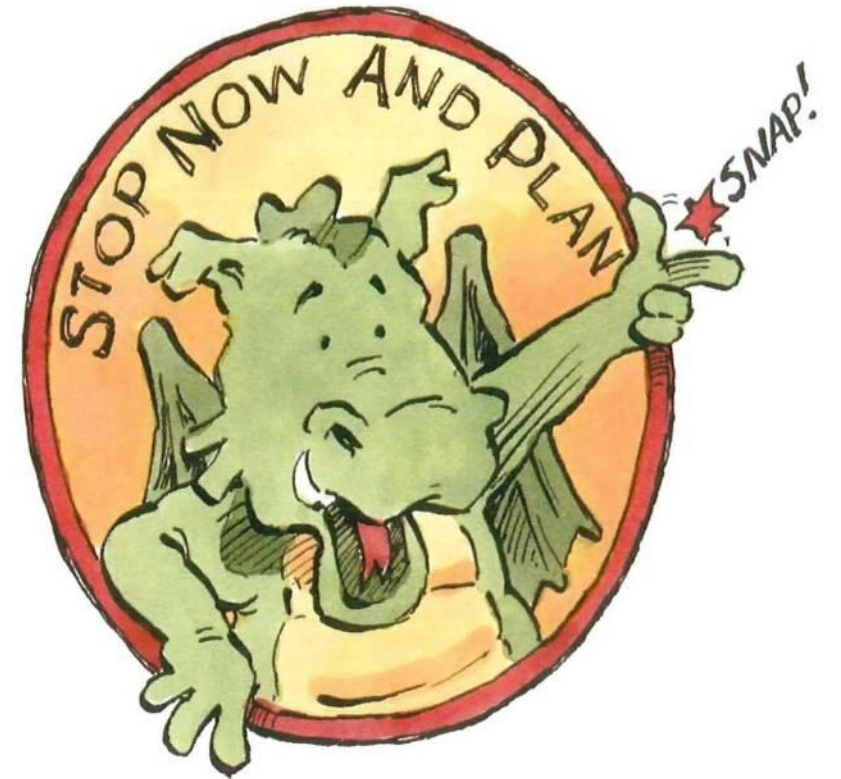


- Snakke om konkrete situasjoner – dette er en hjelp til løsning
- Elevens situasjon i fokus – hvordan hjelper dette eleven
- Kontaktlærer presenterer det for foreldrene. Foreldrene kan ta kontakt med de som skal holde SNAP-kurset, hvis de ønsker mer informasjon.
- Kan være lurt å sende hjem informasjon skriftlig til alle foreldrene til elevene på skolen. På samme måte som det er sendt hjem informasjon om PALS. Da er det ikke noe nytt når det kommer opp som et tema for deres barn.

Hva lærer elevene?

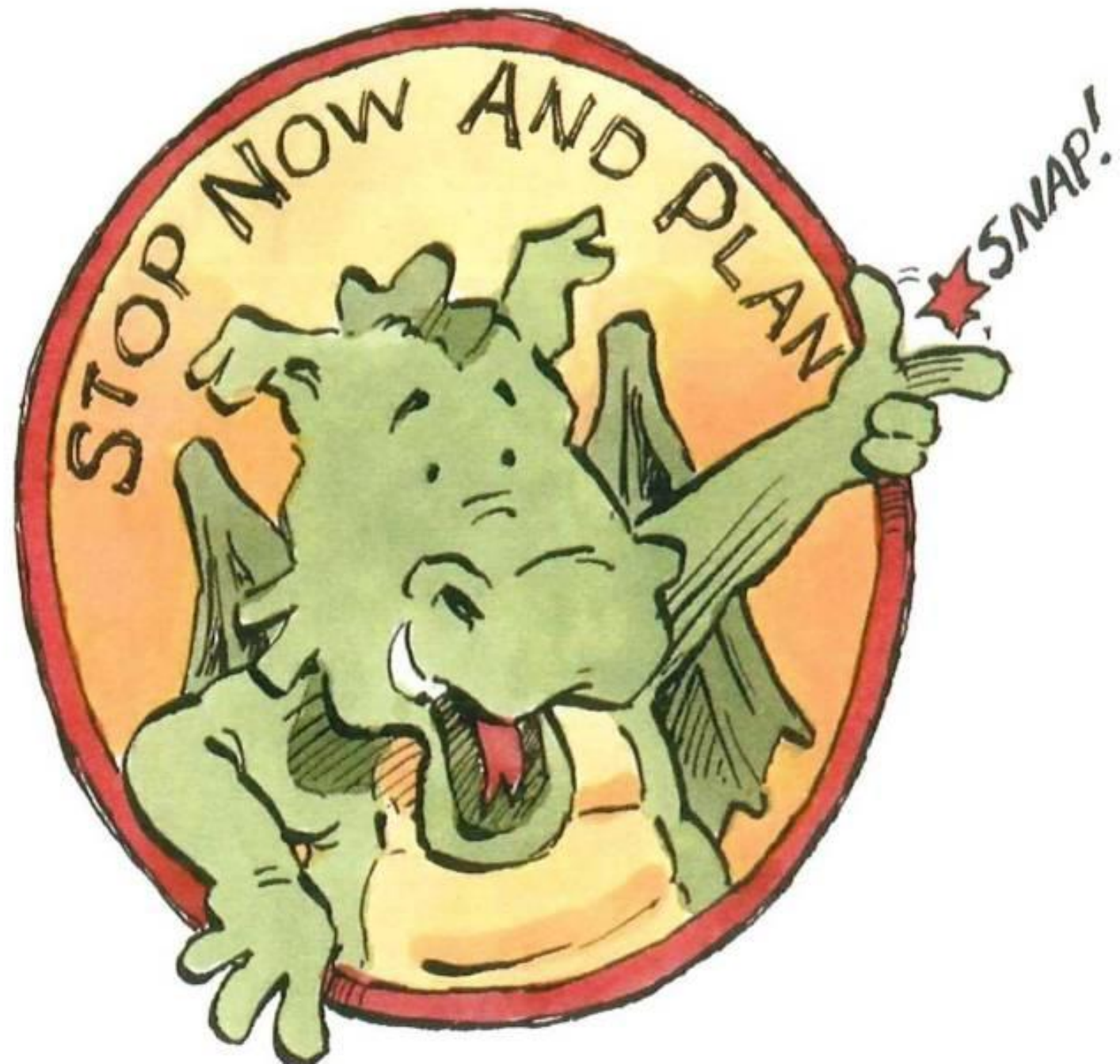
I SNAP lærer elevene kognitive problemløsningsferdigheter

- øve sosiale ferdigheter
- stoppe seg selv før uønsket atferd
- alltid lage en backup-plan hvis plan A ikke fungerer



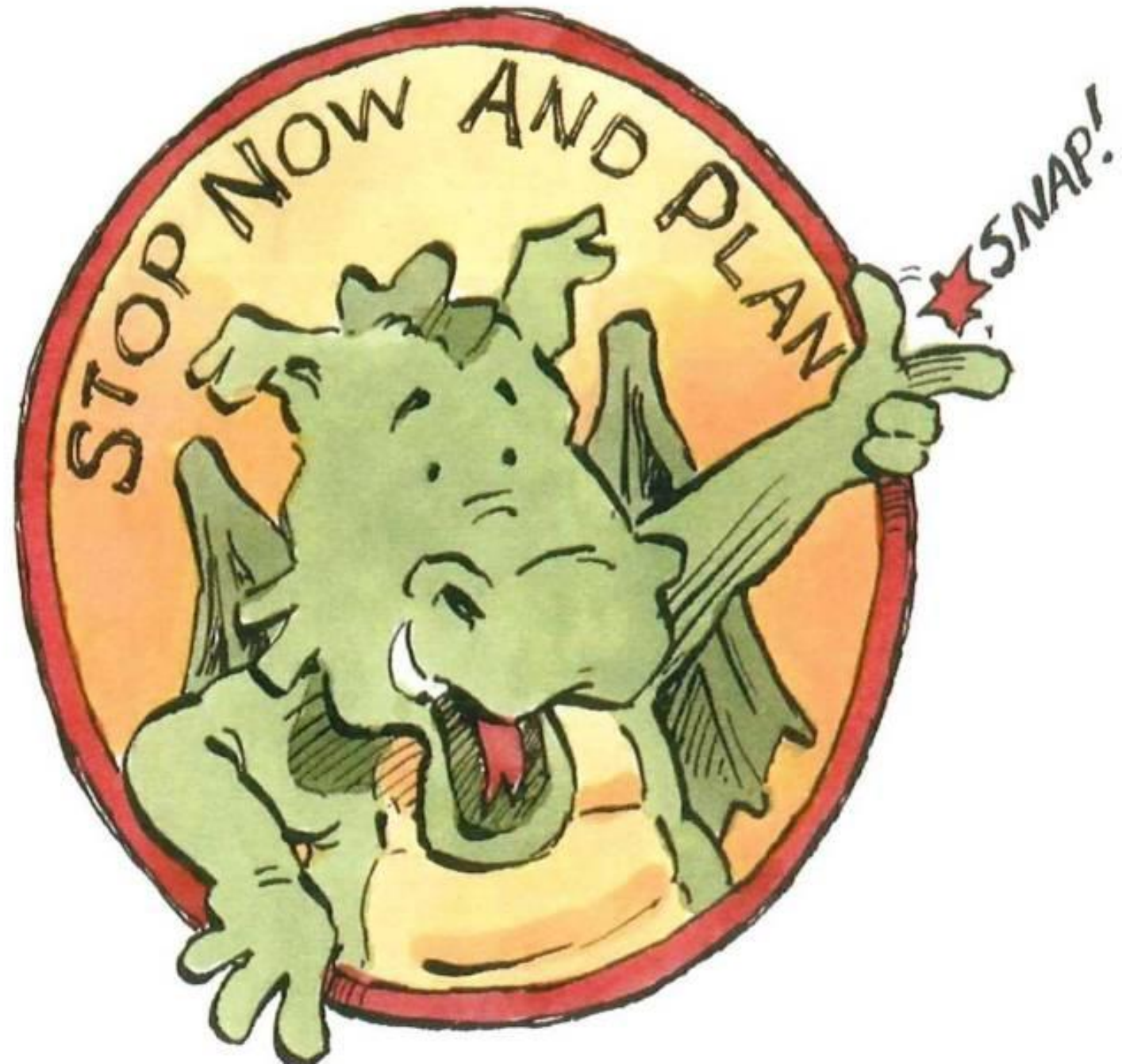
Stasjoner på klubbmøtet

- Velkommen stasjon – evaluering og samtale om måloppnåelse siden forrige uke. Kontaktlærer leverer en gul lapp med beskrivelse av måloppnåelse og evaluering fra 1-3 (smilefjes).
- Eleven skal i samtale med gruppeleder evaluere sitt mål med hjelp av smilefjes.
- Pratestasjon - introdusere nytt tema for dagen – fyller ut STOPP og PLAN hjul utifra dagens rollespill.



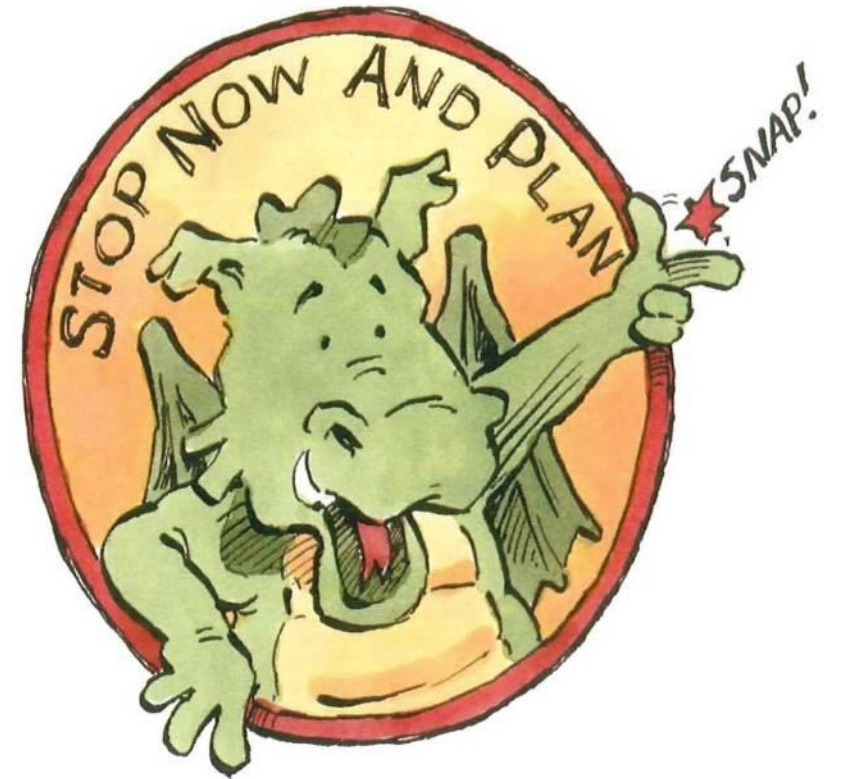
Stasjoner på klubbmøtet

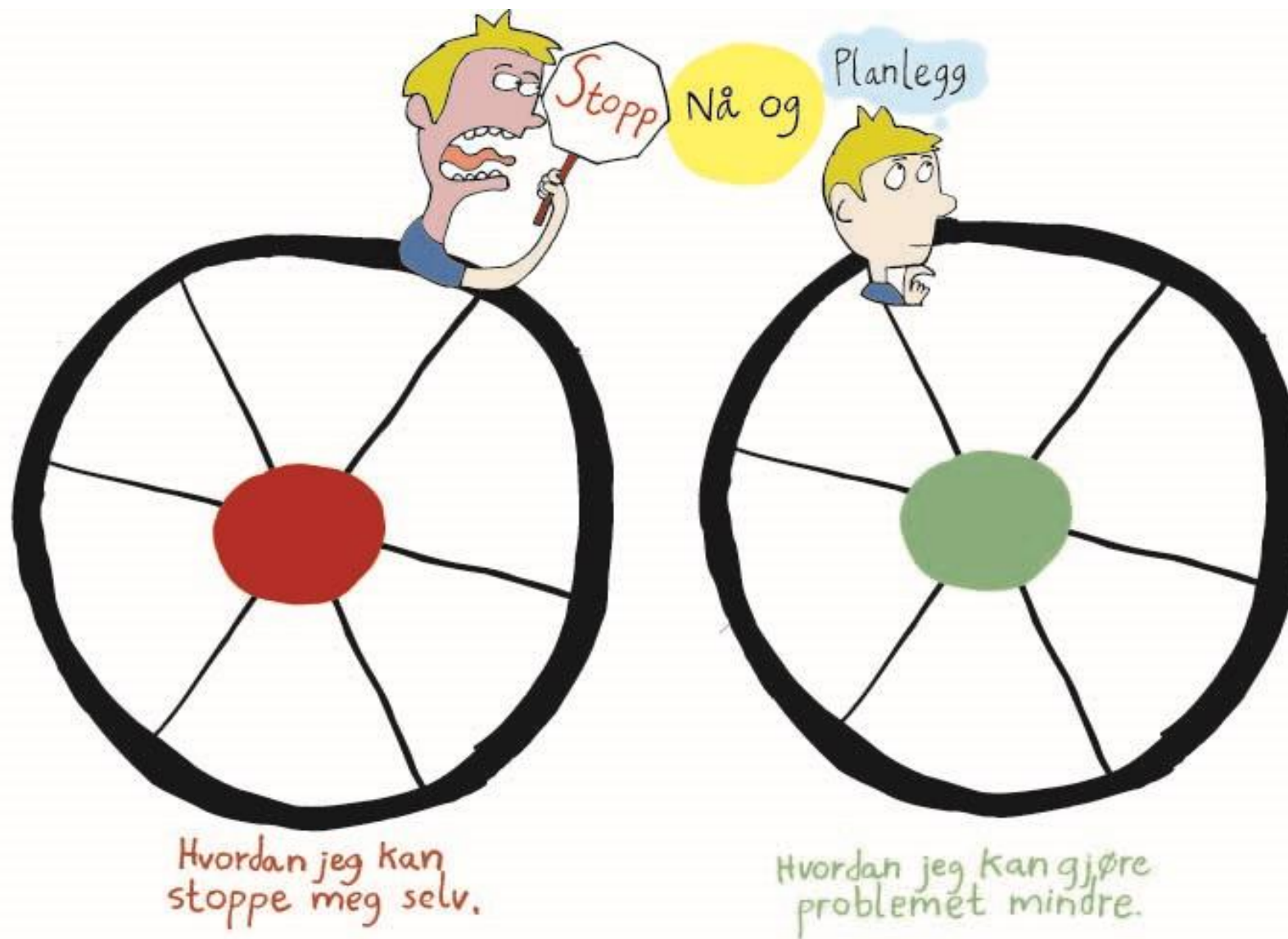
- Rollespill- rollespiller dagens tema på to forskjellige måter
- Snacks og oppgavestasjon – vi oppsummerer dagens tema og gjennomgår hjemmeleksen
- Hvilestasjon – elevene legger seg på ei matte og lytter til en fortelling, vi venter til alle elevene er klare for å slappe av og lytte (gjør gjerne en hånd på magen og en over øynene)
- Siste stasjon telles scooby loops og det deles ut belønninger til de som har «riktig» antall scooby loops



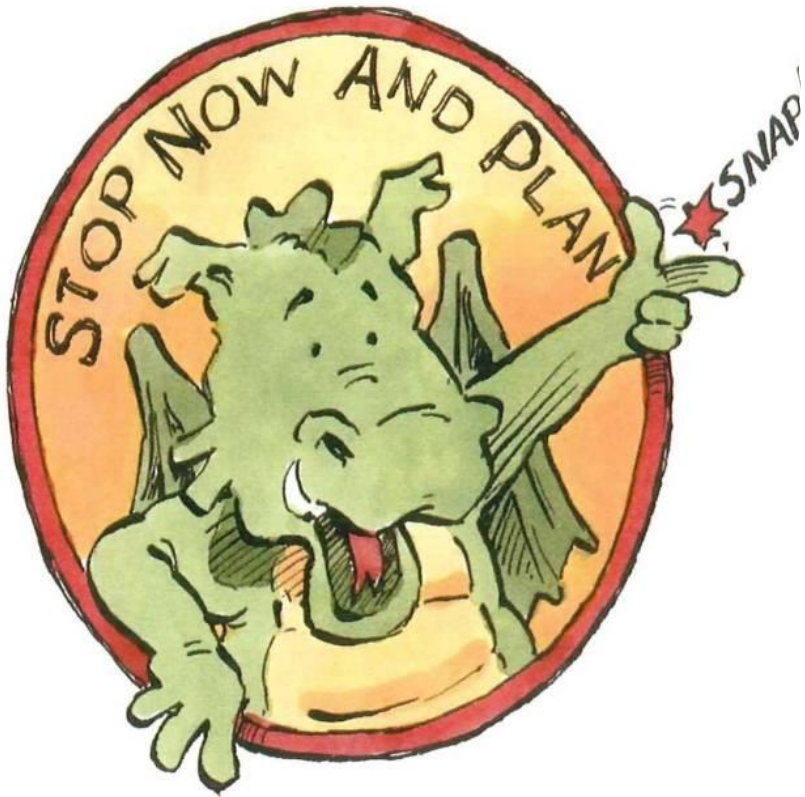
Stopp – Plan hjul

- Stopp teknikker – elevene ramser opp hva som kan hjelpe de til å stoppe opp:
- - knipse, slå seg på låret, puste dypt etc
- Plan – hva er en god plan etter at du har roet deg selv ned?





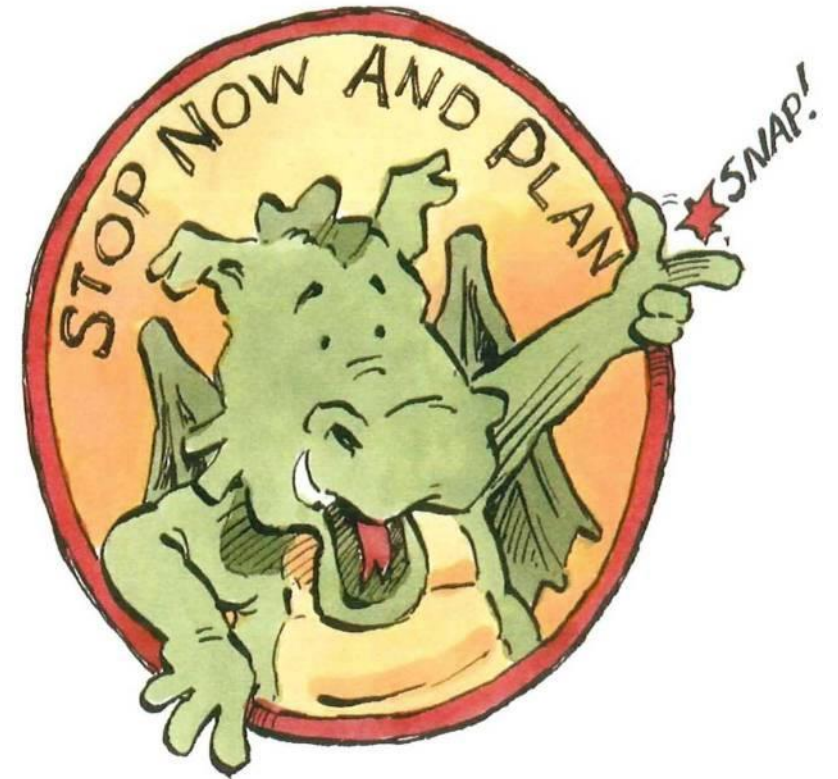
Før oppstart



- Handle inn belønninger, spill, scooby loops, frukt
- Passende musikk til avslappingsstasjonen
- Samtykke fra foreldrene – lærerne ringer hjem, deretter samtykkeskjema
- Mål skjemaer for elevene – prate med lærerne og så elevene
- Rollefordeling voksne (hvis man velger å være to voksne)
- Øve de konkrete rollespillene slik at vi trygge
- Oppmuntringsbøker
- Stasjonsskilt
- Avtale med rektor om besøk første og siste gang på klubbmøte

Samtykke til deltakelse i SNAP- klubben

- Den skoleomfattende tiltaksmodellen PALS (positiv atferd, støttende læringsmiljø og samhandling i skolen) er en viktig del av Mysen skole. Målet er å bygge kompetanse i skolen for utvikling av et godt læringsmiljø som skal fremme elevenes sosiale ferdigheter, samt forebygge og avhjelpe problematferd. Et av tiltakene i PALS er gruppe tiltaket "SNAP-klubben" ("Stop-Now-And-Plan!"). I "SNAP - klubben" møtes 4-7 barn for trening av sosiale ferdigheter under ledelse av en ansatt ved skolen. Klubben har møter 6-10 ganger à ca. 1,5 time pr uke i skoletiden.
- Gruppeleder May-Synøve Langfeldt Engen har fått opplæring i regi av Atferdssenteret, Unirand ved Universitetet i Oslo.
- Barna vil hver uke få en hjemmeoppgave knyttet til ukens tema på klubbmøtet. Det er viktig at dere som foresatte følger opp dette.



Hva vil dette konkret gå ut på?

Gjennomgang og diskusjon om sentrale sosiale ferdigheter.

Rollespill/praktiske øvelser.

Hvert klubbmøte avsluttes med frukt og gjennomgang av ukens hjemmeoppgave.

Dette kurset vil bli holdt torsdager 2. og 3. time, med oppstart torsdag uke 41.

. Kurset vil gå over 9 ganger.

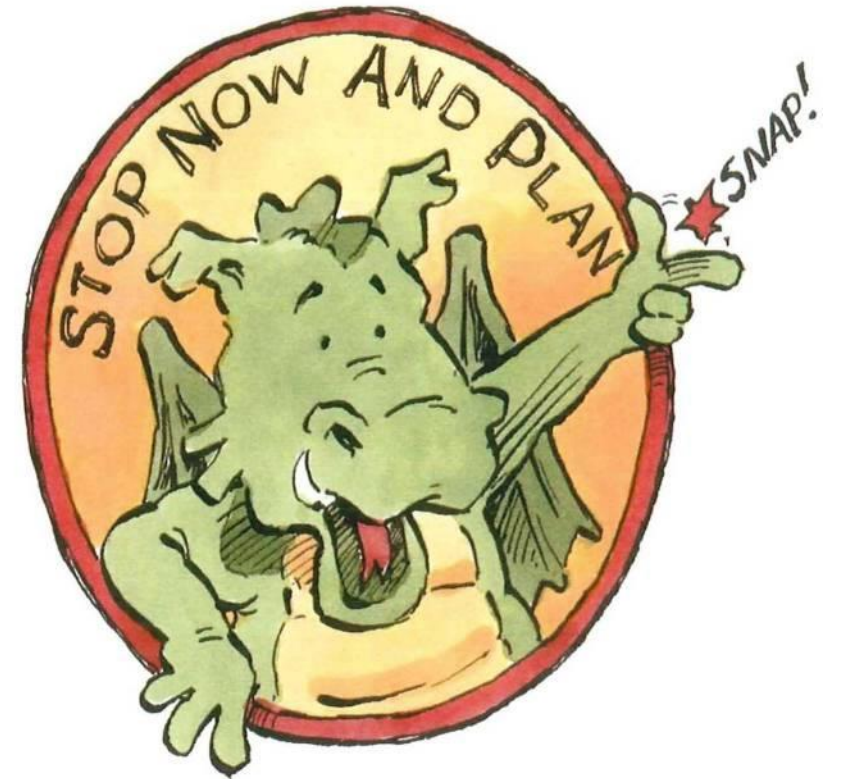
Dersom det er noe dere lurer på, kan dere ta kontakt med May på tlf. 69 70 21 42.

Vi samtykker i at vårt barn _____ deltar i skolens SNAP-klubb.

Sted

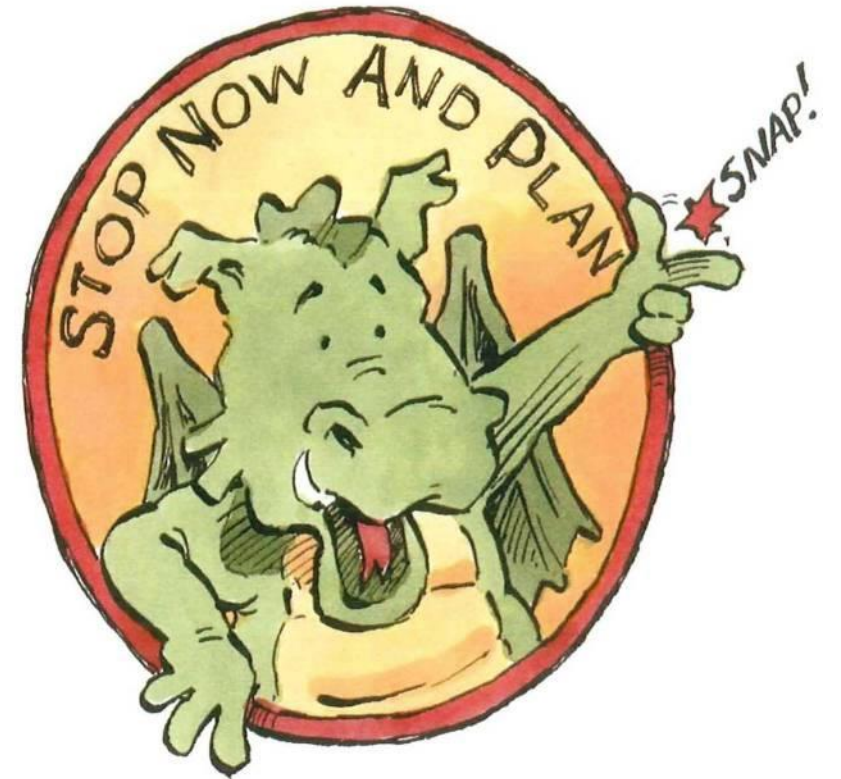
Underskrift(er)

Dato



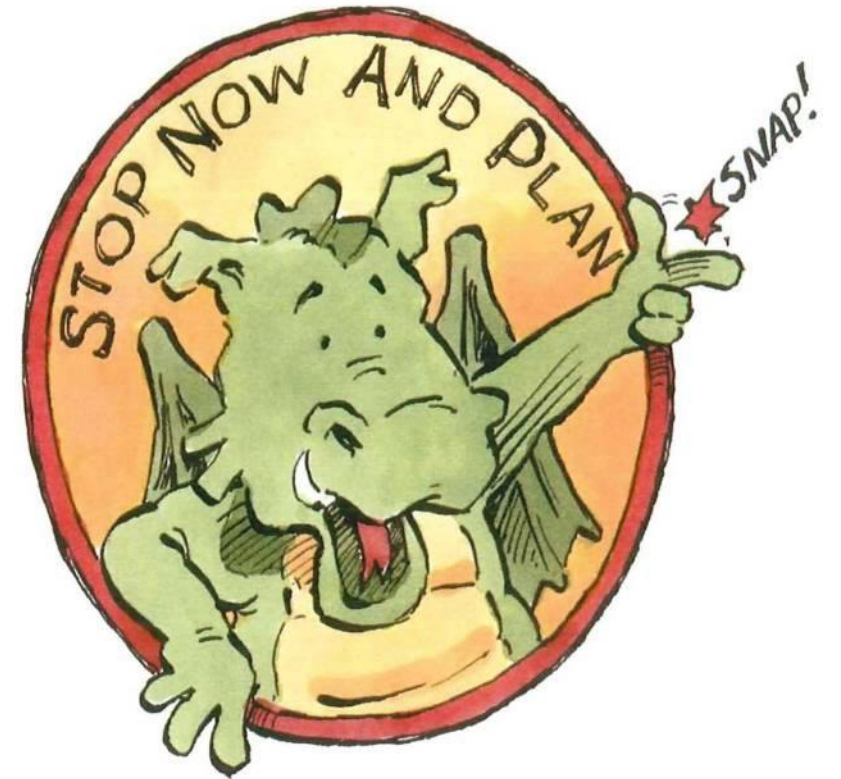
Forventninger til lærerne

- Sende elevene i tide til gruppa, torsdag 0915 (unntak ;jeg henter elevene i hvert fall første gangen)
- Minne om elevens mål hyppig i løpet av uke (hvis aktuelt ; før friminutt)
- Oppmuntre til bruk av SNAP, og belønne forsøk.
- Vise interesse for SNAP, spørre/be eleven fortelle.
- Unngå å legge attraktive aktiviteter/turer til SNAP-tidspunktene.
- Minne eleven på hjemme oppgaven.
- Minne på å ta med oppmuntringsboka (grønn, blå etc) til gruppa.
- Legge kort skriftlig evaluering av elevens mål i hylla til May om hvordan det har gått i løpet av uka. Frist onsdag kl 1300. Skjer det noe spesielt onsdag ettermiddag som jeg bør vite om, tar vi det på morgen torsdag.



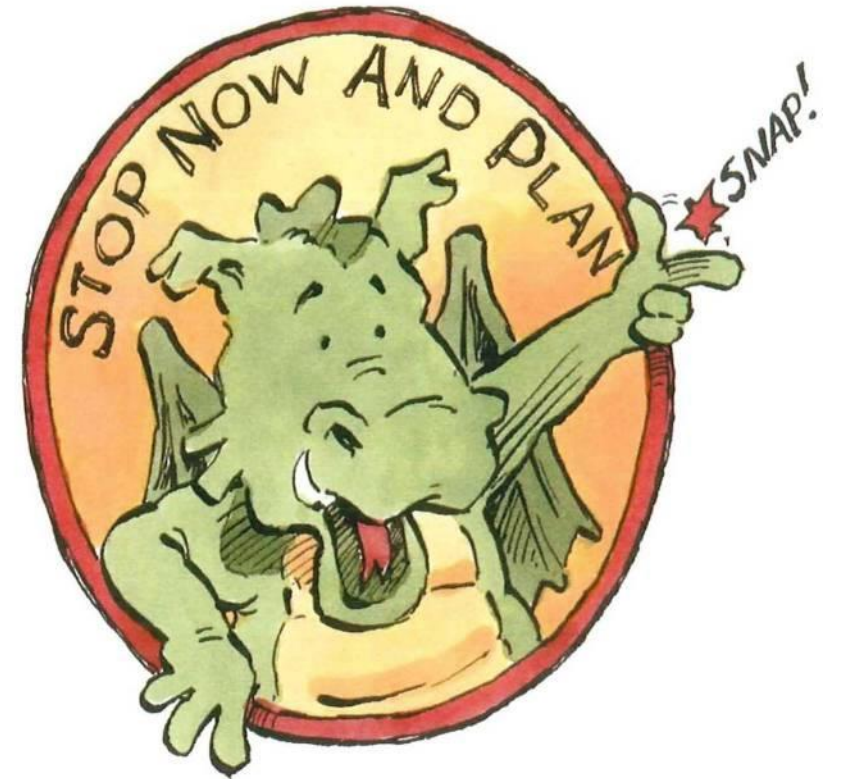
Utvalgte elever

- 5-7 elever, gjerne blande gutter og jenter
- Gruppen kan gjerne bestå av elever med ulike utfordringer, men må kunne samarbeide
- Eleven er selv med å utforme sitt mål før oppstart på SNAP



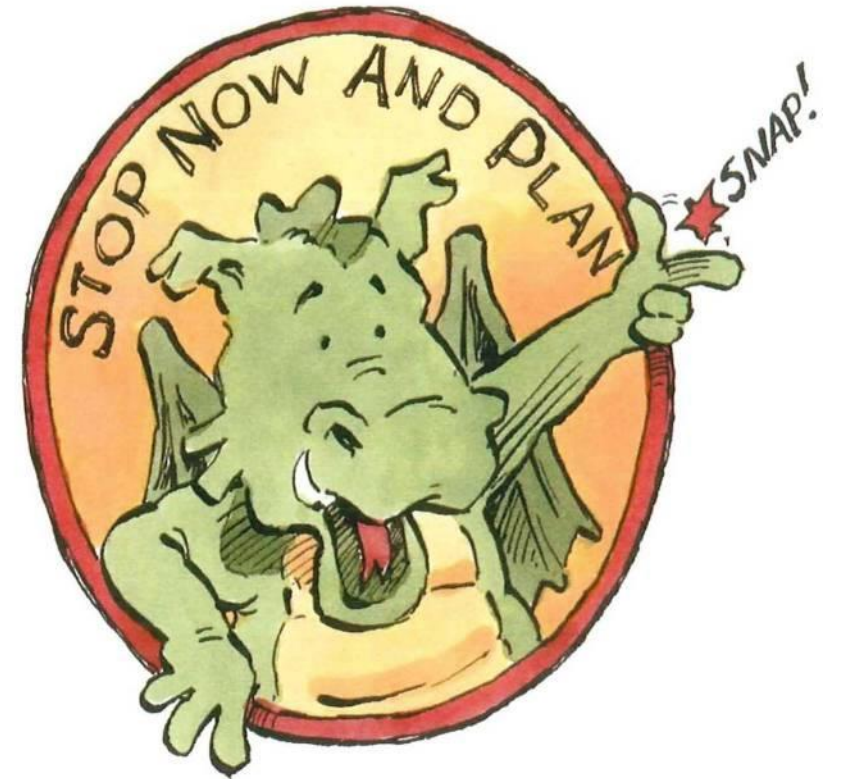
Prinsipper for prosessen

- Arbeidsmål
- Tydelige forventninger
- Gode beskjeder
- Forvent ikke det perfekte
- Oppmuntre små steg underveis, del opp
- Du kan klare det!
- Sjenerøst og hyppig
- Kombinere ros, oppmuntringstegn, konkrete belønninger
- Fremme mestring og selvtillit



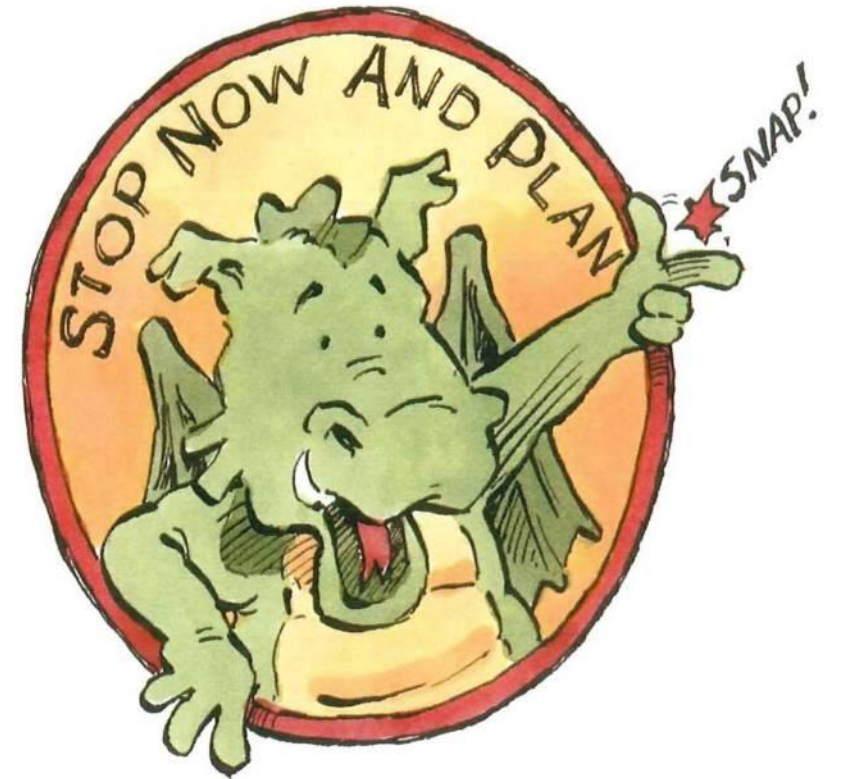
Prinsipper for prosessen

- Aktiv lytting, utforskende spørsmål og problemløsning
- Vis barnet hva det skal gjøre
- Snakk høyt om det du gjør
- Bruk rollespill
- Overse ufarlig problematferd



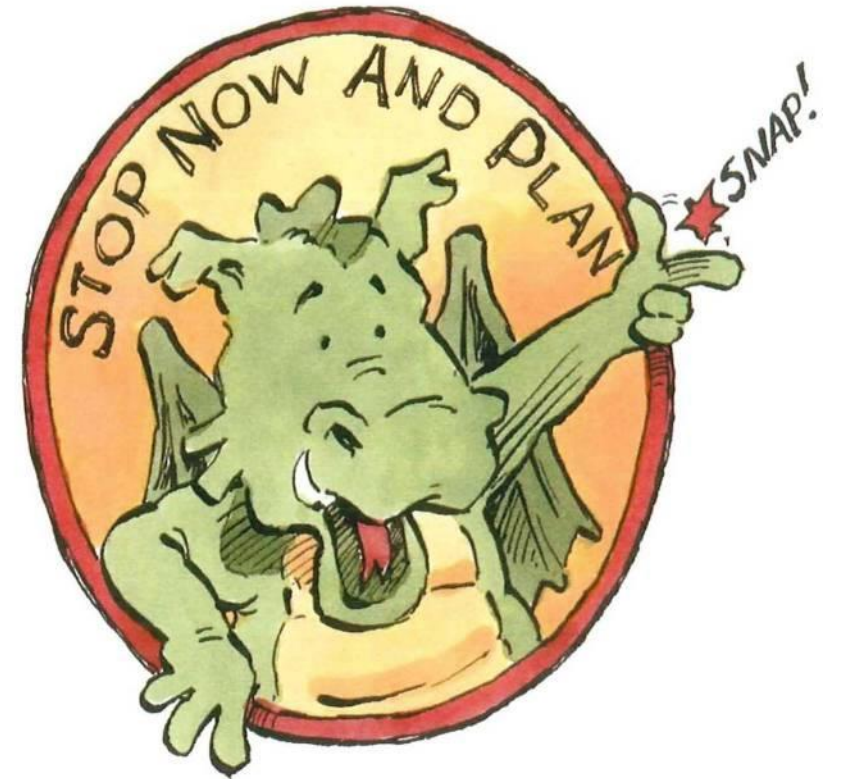
Prinsipper for prosessen

- Vær rolig selv
- Unngå argumentering
- Gi barnet lyst til å øve
- Kontakt barnet mellom treningsøktene • Undersøk om barnet trenger følge for å komme til treningen • Ønsk barnet velkommen • Gi belønning for oppmøte og for å gjøre hjemmeoppgave



Erfaringer

- Elevene gleder seg veldig til alle klubbmøtene.
- En voksen er gruppeleder et helt klubbmøte mens den andre hjelper til. Bytter neste gang.
- Første klubbmøte utgår avslapningstasjon – mye som må forklares.
- Elevene trenger mye hjelp på rollespillene de to første klubbmøtene – bedre etter hvert.
- Vi trenger øvelse i å vise stopp-teknikkene tydelig og ikke for raskt.
- Øvd gjennom alle planlagte rollespill så vi er trygge.

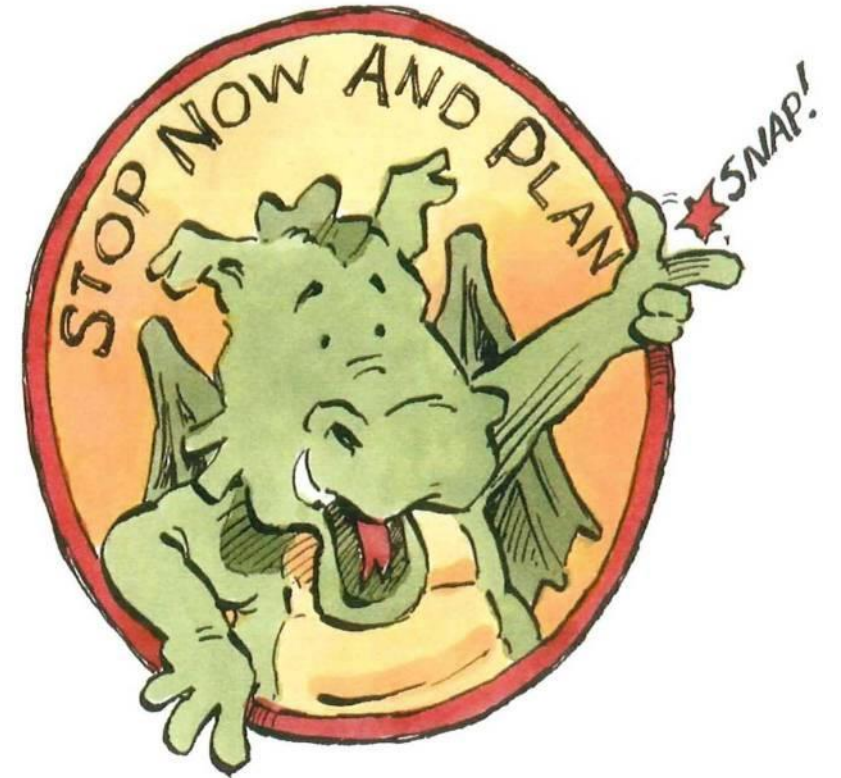


Diplom

May har deltatt på SNAP gruppe vår 2025

Vi har jobbet med:

- å få bli med i lek
- å følge spillereglene
- gruppepress
- å rose og oppmuntre seg selv
- å håndtere vanskelige følelser
- å unngå trøbbel
- å forholde seg til beskyldninger
- å be om unnskyldning
- Når du er usikker



Evaluering av SNAP i fire norske skoler i skoleåret 2024/25

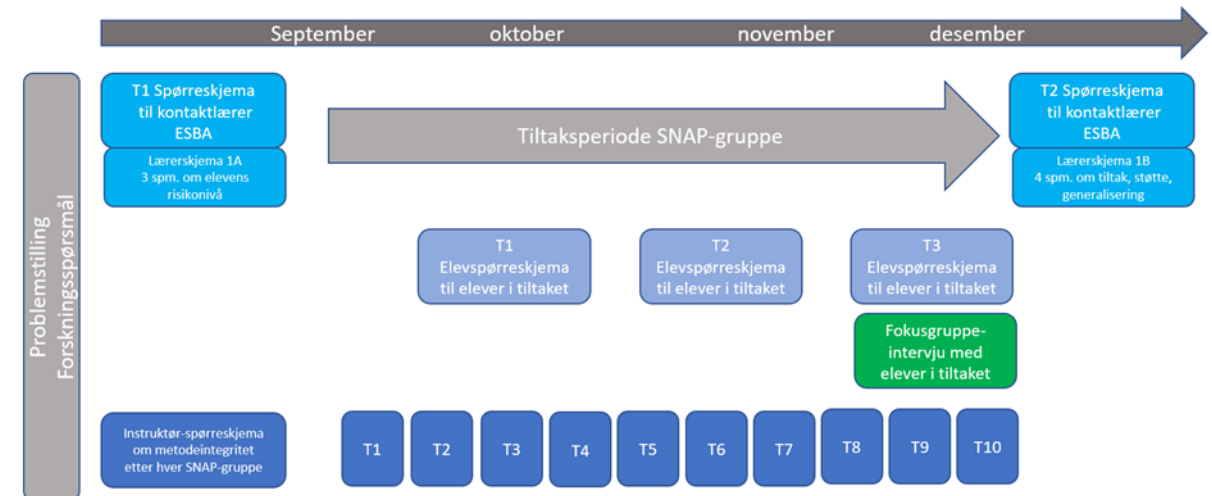
(Heiestad, 2025)

- Studien hadde som mål å belyse:
 - hvordan elevene opplevde å delta i SNAP-gruppene?
 - hvilke ferdigheter de erfarte at de hadde lært og tatt i bruk?
 - hvilken støtte de fikk til å anvende ferdighetene i skolehverdagen?
 - hvordan kontaktlærerne vurderte eventuelle endringer i elevenes sosiale ferdigheter før og etter.

Forskningsdesign

Mixed methods - både kvantitative og kvalitative data ble samlet inn for å belyse problemstillingen.

- Fokusgruppeintervjuer med elevene som deltok
- Spørreundersøkelse pre-post til kontaktlærerne
- Spørreundersøkelse til elevene på tre tidspunkter i løpet av perioden med SNAP
- Spørreundersøkelse til SNAP-ferdighetstrenerne etter hvert gruppemøte i SNAP-klubben



Deltakere

- Utvalget bestod av fire SNAP-grupper fordelt på fire skoler i fire kommuner sentralt på Østlandet.
 - 12 elever svarte på elevspørreskjema
 - 13 elever deltok i fokusgruppeintervjuet,
 - 9 Kontaktlærere
 - 7 ferdighetstrenere

Skole	Antall elever i SNAP gruppa	Antall samtykker	Antall samtykke til kun intervju	Kjønn – bare elever med samtykke	Klassetrinn - bare elever med samtykke
1	4	4	-	3 jenter 1 gutt	4, 4, 5, 5
2	4	2	-	1 gutt 1 jente	4, 5
3	4	3	1	4 gutter	7, 7, 7, 7
4	4	3	1	4 gutter	3, 3, 3, 3

Resultater

- Elevene uttrykte klart at de likte å være med i SNAP-gruppene
- Elevene opplevde at gruppene fungerte etter hensikten.
- De fleste rapporterte at de hadde lært teknikker for selvregulering som de benyttet både hjemme og på skolen.
- Dette bidro til at de klarte å roe seg ned, opplevde færre konflikter og fikk en bedre skoledag. I tillegg tok de i bruk flere prososiale ferdigheter.
- Lærerne observerte positive endringer hos elevene etter gjennomføringen av programmet, og beskrev at elevene i større grad klarte å regulere egne følelser og løse konflikter med jevnaldrende uten hjelp fra voksne.
- Resultatene viste også at det var stor variasjon i støtten elevene fikk til å ta i bruk ferdighetene i skolehverdagen.

Metodiske begrensninger

- Fraværet av en kontrollgruppe → vanskelig å fastslå om endringene elevene opplevde, og lærerne observerte, faktisk kunne tilskrives deltakelse i SNAP-gruppene.
- Utvalget i oppgaven var lite og basert på et ikke-sannsynlighetsutvalg → begrenser studiens overføringsverdi utover de gruppene som deltok.
- Manglende pilotering av spørreskjemaet til elevene → kan stilles spørsmålsteget ved begrepsvaliditeten.

Noen forbedrings-områder

- Behovet for bedre støtte til elevenes generalisering av sosiale ferdigheter.
- Relativt tilfeldig om elevene fikk hjelp til å anvende ferdighetene de lærte i SNAP-gruppene i andre kontekster.
- NUBU bør se nærmere på hvordan dette aspektet kan styrkes i videre gjennomføringen av SNAP.
- Skolene som brukte tiltaket bør se nærmere på hvordan intern kommunikasjon mellom SNAP-ferdighetstrenerne og øvrige ansatte rundt elevene kan forbedres, med sikte på bedre støtte til generalisering av ferdigheter.

Litt å tenke på

- Selv om de positive endringene ikke med sikkerhet kunne tilskrives SNAP-gruppene, viste resultatene at deltakelse i gruppene hadde en positiv innvirkning på elevenes skolehverdag.
- SNAP kan også ha skapt påvirkning som ikke nødvendigvis var målbare i oppgavens undersøkelser, men som likevel kunne ha vært verdifulle for elevene ved å gi dem positive erfaringer i en krevende skolehverdag.
- Gitt de negative utviklingsbanene som forskningen har dokumentert for elever med lav selvregulering, reaktiv aggresjon og utfordrende atferd, vil alle positive endringer for målgruppen kunne ha betydning både på kort og lang sikt
(Arseneault, 2017; Card & Little, 2006; Robson et al., 2020; Vitaro et al., 2006).
- SNAP-grupper kan med fordel tas i bruk i flere skoler. Tiltaket syntes ikke å ha noen negative konsekvenser - tvert imot viste det seg å være noe elevene satte pris på, samtidig som det kunne gi viktig støtte til elever med utfordringer knyttet til selvregulering og reaktiv aggresjon

Takk for oss!

- Ta kontakt om dere er nysgjerrige på å sende ansatte på SNAP-opplæring
- Har du spørsmål til presentasjonen kan du kontakte
- frode.heiestad@nubu.no
- may.synove.langfeldt.engen@io.kommune.no

