

# Helsefremmende PALS

Samarbeid mellom NUBU og Færder  
kommune V/Labakken skole



# Hvem er vi?

---

Ann Kristin Johansen, rådgiver i stab/oppvekst, Færder kommune

---

Lill Kristin Høier Sandvik, rektor Labakken skole, Færder kommune

---

Unni Skogbakke, PALS-veileder og avdelingsleder Labakken skole

---

Frode Heiestad, NUBU

---

# Labakken skole

- Færder kommune
- 1 av 10 skoler
- 460 elever og 80 ansatte
- "Jeg passer inn og hører til"
- 1.-7. + Forsterket avdeling + Velkomstklasse
- Sammenslåing av to PALS-skoler (2018)
- Sosioøkonomiske forhold



# Bakgrunn for prosjektet – Helsefremmende PALS

Gjensidig nysgjerrighet:

- Færder kommune har holdt helsefremmende perspektiver høyt gjennom noen år
- Da to PALS-skoler i kommunen skulle slås sammen til en (Labakken skole) ble NUBU og Færder kommune enige om å trekke helsefremmende perspektiv inn i PALS-modellen.



# Hva vi ønsket å få til - målsetninger

- Kombinere helsefremmende perspektiver med implementeringen av PALS-modellen ved Labakken skole
- Økt grad av medvirkningsprosesser i alle ledd
- Styrke opplevelsen av meningsfylt utviklingsarbeid
- Utvikle og revidere PALS-håndboka-modul 1 opp mot Overordnet del/LK-20 og helsefremmende perspektiver
- Utvikle ny sjekklister for implementeringskvalitet

# Denne økten håper vi skal gi innblikk i:

- Det mest sentrale ved fagfeltet HELSEFREMMENTE ARBEID
- Det HELSEFREMMENTE perspektivet som er bearbeidet inn i PALS-modellen.
- Strukturer for å sikre implementering av HF PALS
- Hva vi har lært gjennom denne prosessen

HELSE

?

?

?

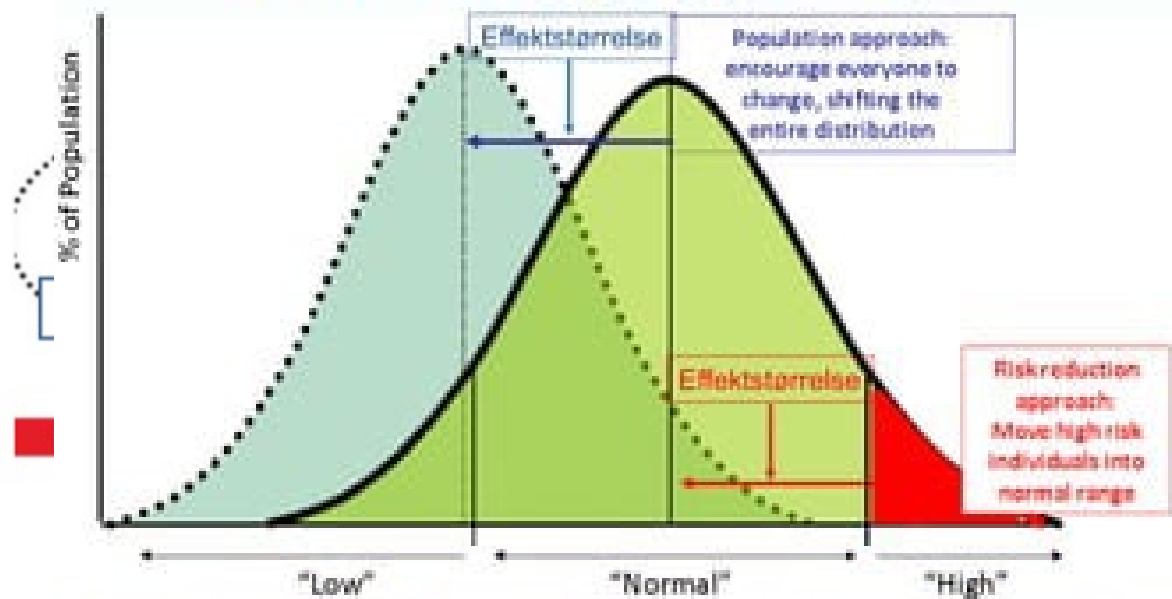
?

?

?

# HVA ER EGENTLIG HELSEFREMMEDE ARBEID?

## Rose's forebyggingsparadigme



Forskyvning av hele befolkningen til en lavere risikokategori når flere enn å forskyve individer med høy risiko til en lavere risikokategori



# Det mest sentrale innenfor fagfeltet **HELSEFREMMENTE ARBEID**

To begreper man må forstå for å skjønne fagfeltet «helsefremmende arbeid»:

- Empowerment
- Salutogenese

# Empowerment – kardinalprinsipp i Helsefremmende arbeid

- Verdens helseorganisasjon (WHO) definerer empowerment som «*en prosess som setter folk i stand til økt kontroll over faktorer som påvirker deres helse*»
- Empowerment-prosesser er ikke en «*stryke-med hårene*»-strategi». Alle har behov for trygge rammer og tydelighet, men med betydelig mulighet for selvstendighet, medvirkning og autonomi.
- I arbeidet med tekster og praksis i dette prosjektet etterstrebes balansegangen mellom barn og unges medvirkning (empowerment) og deres behov for tydelige rammer (salutogenese)

# Verdigrunnlag i alle læringsprosesser hos barn, unge og voksne



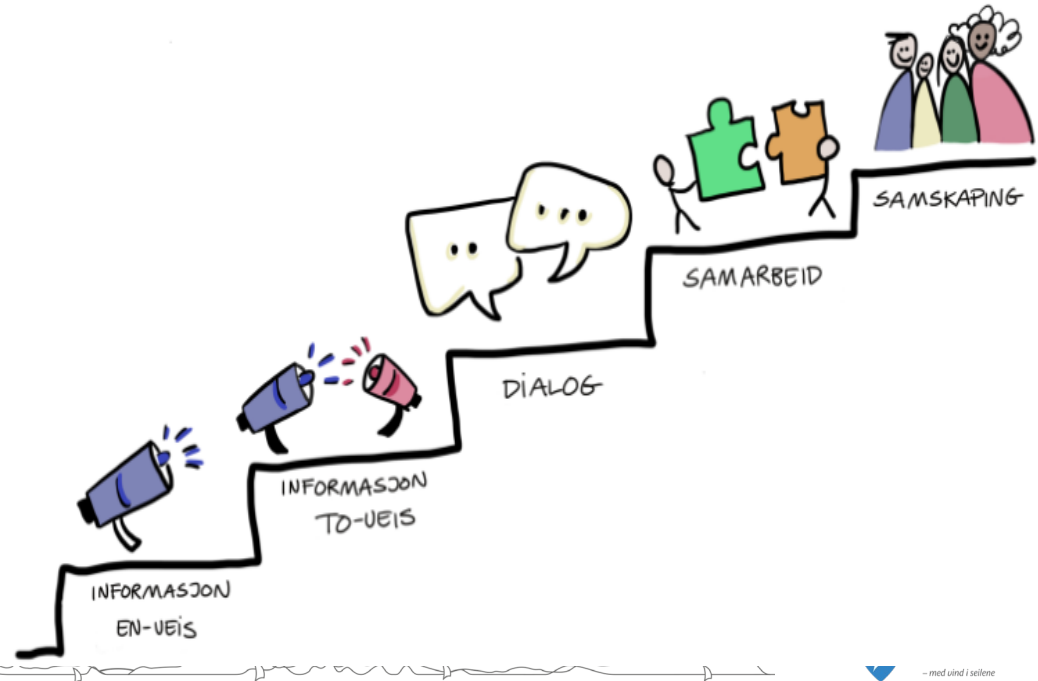
EMPOWERED LEARNERS  
ARE ENGAGED LEARNERS

- ✓ verdi i seg selv
- ✓ mål om at alle kan ta mest mulig eierskap i sitt eget liv
- ✓ empowerment (myndiggjøring) legges til grunn i alle utviklingsprosesser

(WHO)

# EMPOWERMENTPROSESSER KAN VÆRE STRABASIØSE OG TIDKREVENDE, MEN:

- Øker kvalitet
- Fremmer eierskap
- Mobiliserer kraft
- **NB: ETTERARBEID**



# Empowerment i LK20

- IKKE «aktiv lærer ved tavla»/«passiv elev ved pult»
- Overordnet del: Aktive elever!!! Elevmedvirkning!!!
- Verbene i kompetansemålene
- Varierte læringsarenaer og metoder
- Konsekvenser for
  - PALS-håndboken
  - Læringsledelse (i stedet for klasseledelse)
  - Forventninger
  - Ledelse

# Salutogenese

- En teori innenfor helseforskning som fokuserer på å identifiserer faktorer som bidrar til å opprettholde helse og velvære, i motsetning til å fokusere på risikofaktorer og sykdom (patogenese)
- Læren om hva som holder oss frisk og rask
- **Tre sentrale faktorer: at verden oppleves forståelig, håndterbar og meningsfull**

# PALS-forventningene må stå i stil med det læringsmiljøet man har tro på!

- **Urolig klasse – mange strammer inn**
  - Snevrer inn samhandling og samskaping
  - Snevrer inn læringsutfordringen
  - Snevrer inn læringsarenaen
  - Skader relasjoner
- **Helsefremmende alternativ – EMPOWERMENT OG SALUTOGENESE**
  - Rike, spennende læringsutfordringer med rom for medvirkning
  - Varierte metoder som fremmer nysgjerrighet, motivasjon og skapertrang, fysisk aktiv læring mm
  - **Læringsprosessene må oppleves forståelig, håndterbar og meningsfulle - satt i system og struktur**

# Eksempler på Helsefremmende tilnærming

- Strukturelle endringer i SFO førte til færre konflikter
- Mæla ungdomsskole snudde ungdomsmiljøet gjennom empowermentprosesser
- Klassen ble mer engasjerte når man tok i bruk varierte læringsarenaer, berikede oppgaver, og utforskende ped. som alle kunne mestre



# PALS – kjernekomponenter og grunnleggende ideer

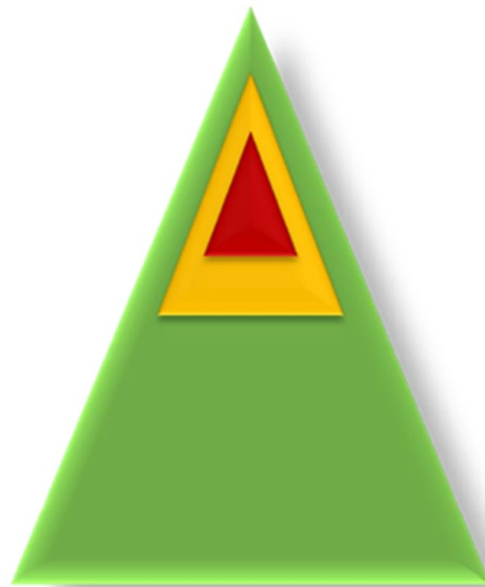
- Kjernekomponentene
- Endring - Hva kan vi gjøre noe med?
- Proaktivitet
- Skoleomfattende
- Systematisk

## PALS-MODELLENS KJERNEKOMPONENTER



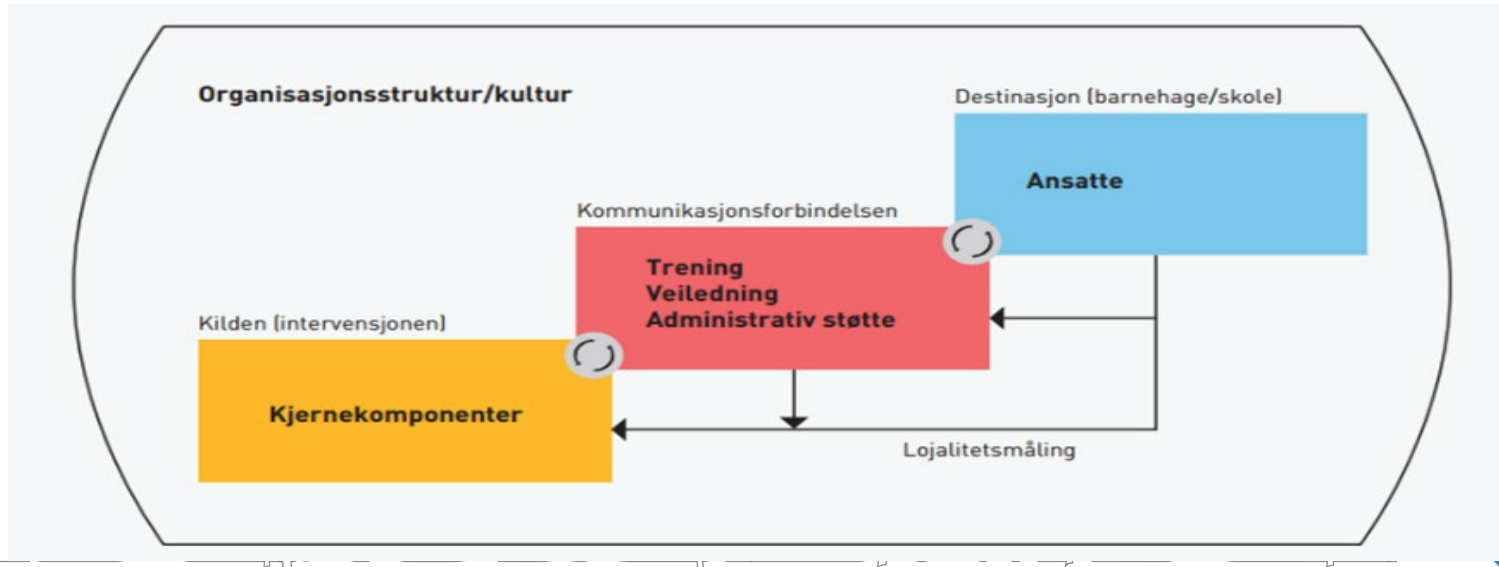
# Arbeidsmåter i implementeringen av PALS

- Skoleomfattende tilnærming:
- Readiness
  - 80% i personalet
  - Alle i ledelsen
  - Skoleeier
- PALS-team
- Profesjonsfelleskap
- SFO
- Andre voksne



# Læringsystem nødvendig for både store og små

- Empowerment og salutogenese både for barn og voksne



# Er det så viktig å øve da?


**Table 1**  
**A Summary of a Meta-analysis of the Effects of Training and Coaching on Teachers' Implementation in the Classroom (Joyce & Showers, 2002)**

TRAINING COMPONENTS	OUTCOMES		
	(% of participants who demonstrate knowledge, demonstrate new skills in a training setting, and use new skills in the classroom)		
	Knowledge	Skill Demonstration	Use in the Classroom
Theory and Discussion	10%	5%	0%
+ Demonstration in Training	30%	20%	0%
+ Practice & Feedback in Training	60%	60%	5%
+ Coaching in Classroom	95%	95%	95%



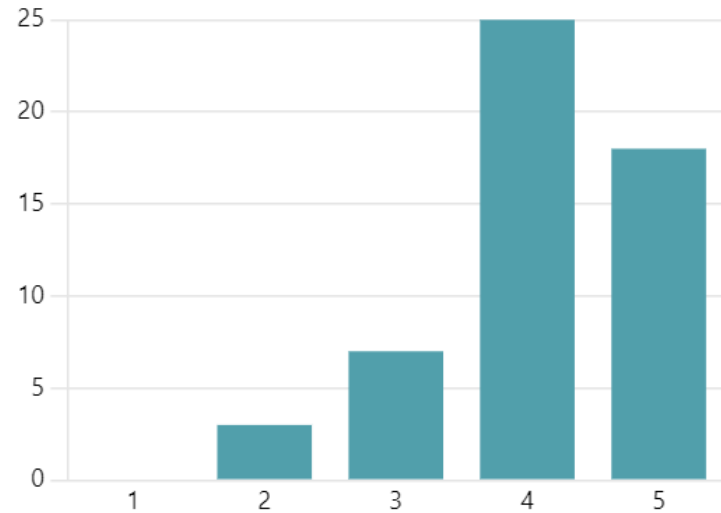
## 27. Alle medarbejdere øver på forventninger og sociale ferdigheter med elevene

[Flere detaljer](#)

 Innblikk

4.09

Gjennomsnittlig vurdering



# Helhet og sammenheng, fra topp til bunn

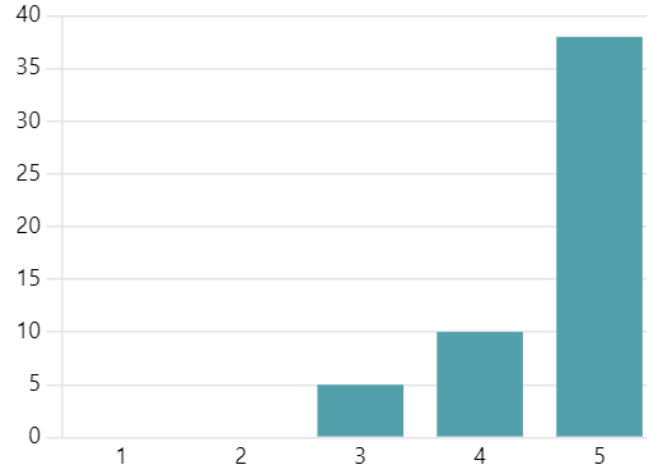
- Fra fragmenterte utviklingsområder til få, godt forankrede utviklingsområder
- Profesjonsfelleskapet på skoleledernivå
- Skoleledere trenger også gode prosessverktøy og metoder, øving, veiledning, støtte og få medvirke til at utviklingsarbeidet skal støtte prinsippene i helsefremmende arbeid.
- Samskapingsprosesser må vare over tid
- Fixen-modellen i praksis

#### 4. Skolens ledelse er aktivt støttende og deltakende i implementeringen av PALS.

[Flere detaljer](#)

 Innblikk

4.62  
Gjennomsnittlig vurdering




# Helsefremmende PALS på Labakken

- Et nøyre sammensatt PALS-team
- Et kommunalt implementeringsteam
- Implementeringen omfatter alle voksne på skolen
- Nye kompendier (fremfor håndbok)
- System, struktur og sammenheng gjør utviklingsarbeidet forståelig, meningsfullt og håndterbart (salutogenese)
  - Forarbeid, mellomarbeid og etterarbeid; Alt henger sammen med alt!
- Fokus på medvirkning, for både voksne og barn



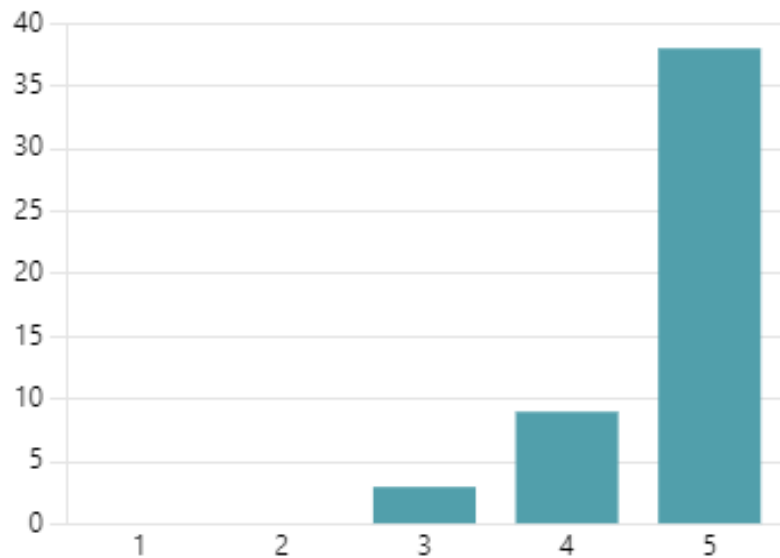
2. PALS-teametsom har ansvar for helsefremmende PALS (HF-PALS), er representativt sammensatt(ledelse, lærere, SFO, relevante andre)

[Flere detaljer](#)

 Innblikk


4.70

Gjennomsnittlig vurdering

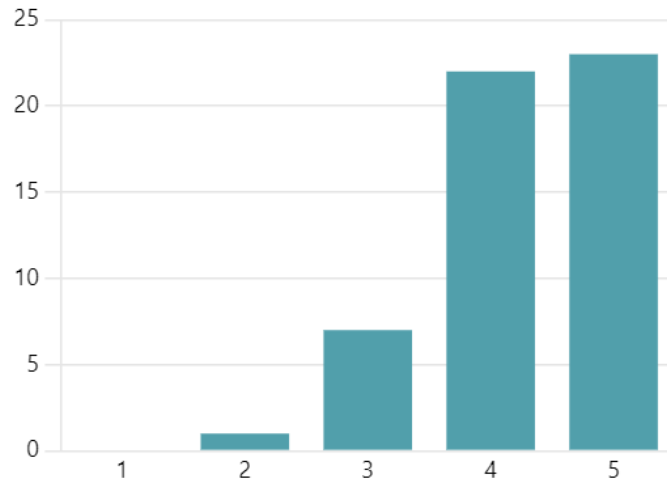


## 5. De ansatte støtter implementeringen av PALS.

[Flere detaljer](#)


 Innblikk

4.26  
Gjennomsnittlig vurdering



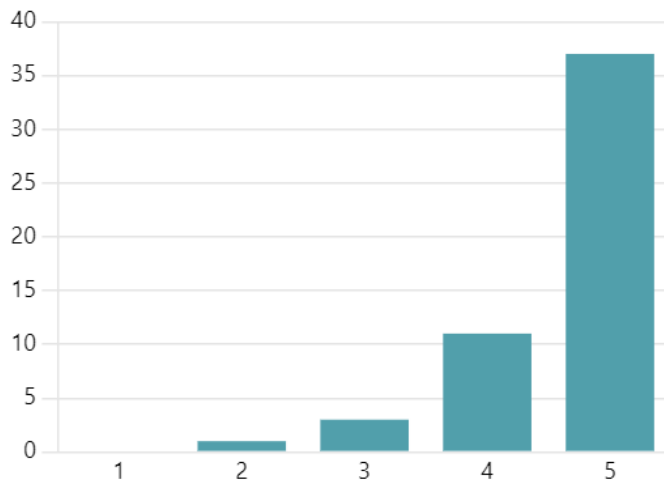
### 3. PALS er tema i utviklingstiden regelmessig(min. en gang per mnd.)

[Flere detaljer](#)

 Innblikk


4.62

Gjennomsnittlig vurdering



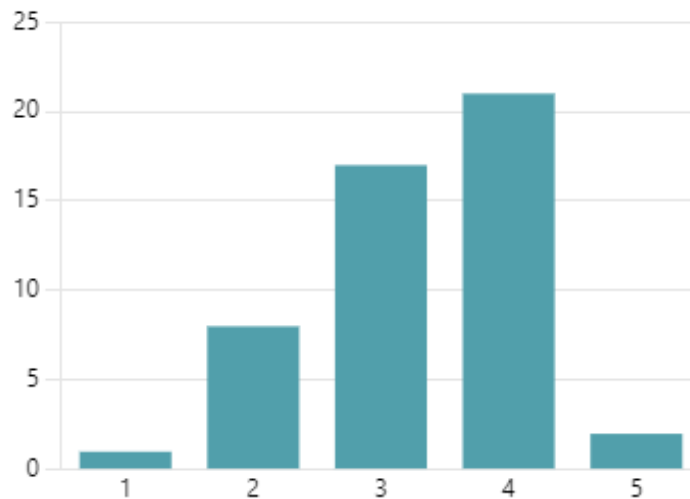
16. Elevene medvirker til hvordan undervisningen bør legges opp slik at de utvikler sine sosiale ferdigheter og lærer skolens verdier (f.eks. ansvar, omsorg og respekt)

[Flere detaljer](#)

 Innblikk

3.31

Gjennomsnittlig vurdering



# Hva har vi lært, HF PALS, Labakken

- Medvirkingens betydning
- Forpliktelse, forventning
- Ledelse, forankring, medeierskap
- Betydningen av å øve, øve, øve...og veilede og støtte
- Sammenheng, helhet, meningsfullt

# Hva har vi lært, HF PALS NUBU?

- Økt fokus på medvirkning (empowerment)
  - Ansatte på skole
  - Blant elever
  - (foreldre) – her har vi gjort lite
- Integrering av grunnleggende verdier i LK20/Overordnet del inn i ny PALS-håndbok (salutogenese)
- Ny PALS-håndbok
- Ny sjekkliste

# Hva har vi lært, HF PALS NUBU?

- Kjernekomponentene
  - Verdiene i PALS vs. Overordnet del
  - Forventningene til elevene må romme nye elevaktive arbeidsmåter i LK20
  - Klasseledelse vs. læringsledelse
  - Klasserom vs. læringsarena
  - Utfordrende atferd