

Hitta styrkorna

Utvecklingssamtal i praktiken

© www.steinberg.se www.facebook.com/johnsteinberg1

steinberg.se

Om John





- Författare till 55 böcker om pedagogik, värderingar, ledarskap, lärande och påverkan

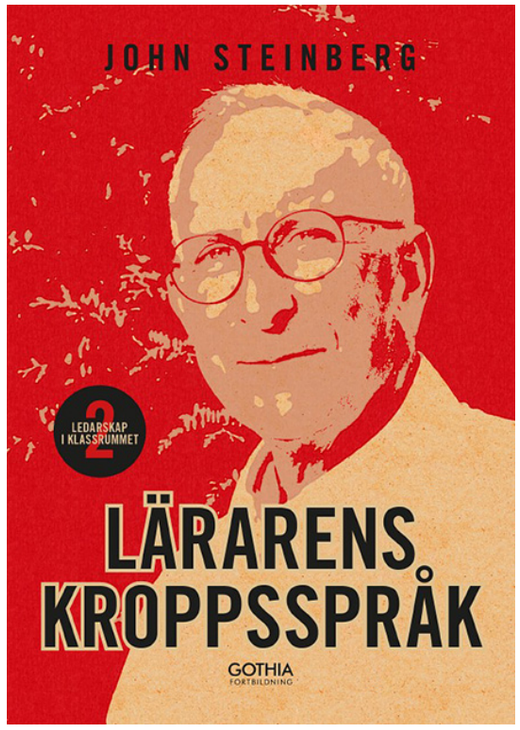
- fil dr i pedagogik, f d universitetslektor och rektor (grundskola, särskola, förskola)

- Underlag för pedagogiska samtal, Fortbildningsbiblioteket via steinberg.se

- SIQ kvalitetspris till bästa skola - domarkommittén, 5 år

- **Passion, Ilska, Alternativ, Ödmjuk, Ofärdig**





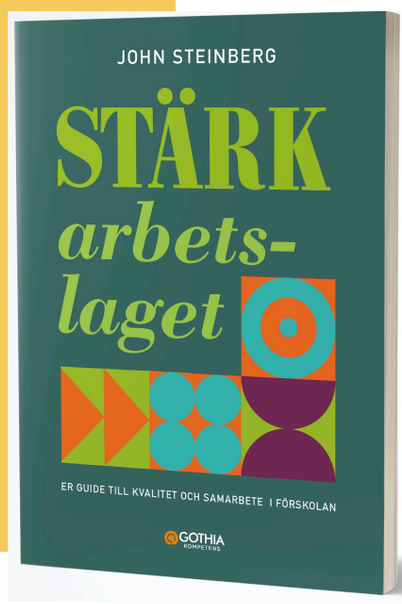


Fortbildningsbiblioteket

450 text-och video underlag för pedagogiska samtal

steinberg.se





Syfte

- Förstå skillnaden mellan ett hälsofrämjande perspektiv (styrkeperspektiv) och ett bristperspektiv (målperspektiv)
- Styrkeperspektiv i ett utvecklingssamtal
- Samtal som stärker - nyckelordsmodellen
- Metakognition och Styrkestjärnan

Vårt fokus i samtal?

- I personalrummet
- I pedagogiska kartläggningar
- I psykologiska utredningar
- I handlingsplaner (vem som bär ansvaret) Vid
- Vid ett utvecklingssamtal eller ett samtal hem
- Hemma

Grundfrågor

- Är vi överens? (regler, kvalitet, rutiner, språk, värdegrundens konsekvenser, konflikthantering, samarbete med föräldrar m.m.) Har vi samma referensramar?
- Kan vi anpassa vår praxis efter verkligheten? (Schema, tjänstefördelning)
- Är vi tillräckligt öppna, nyfikna och generösa mot varandra? Styrkefokuserade? Hälsoperspektiv? Framtidsperspektiv?
- Förstår vi konsekvenserna av ett kollektivt ledarskap?

- Ledarskap definieras som organisationens förmåga att skapa sin egen framtid - och är på så sätt en kollektiv företeelse inte en individuell företeelse.

- Vad innebär det att ”äga” utvecklingen (som elev och personal)? Läs mera i boken *Befria lärarna*)



Fyra nivåer

- **Resultat** (mål, betyg, antal klara)
- **Prestation** (färdigheter, ”hur”)
- **Lärande** (metakognition, progression)
- **Värden** (syfte, mening, värdeskapande)

Exempel: Hälsa

- **Resultat** (frånvaro av sjukdomar)
- **Prestation** (motion, mat, sömn, osv.)
- **Lärande** (”Coping” - att lära sig att handskas med livets utmaningar)
- **Värden** (Att känna syfte och mening)

Exempel: Hälsa

- Emmy Werner, Kanada: ”Hälsa är förmågan att älska, arbeta och förvänta sig gott.”

- Kan man säga att lärande handlar om förmågan att vara nyfiken och känna att man kan ”erövra” sin omvärld?

Individuell kontra kollektiv

- Gruppkultur är avgörande för välbefinnande och lärande. Med andra ord, behöver gruppen ibland gå före individen. Arbeta med den kollektiva kulturen inom skolan och gruppen.








Jag är stark















Kamp mellan två synsätt

Förbättring genom fokus på brister och svagheter
KONTROLL
Extern motivation
Bristperspektiv
Det rationella

Förbättring genom fokus på intressen och styrkor
TILLIT
Intern Motivation
Styrkeperspektiv
Det emotionella

Hur får vi balans i systemet?
Hur leder vi från extern till intern motivation?

Värdegrundsord:

Trygghet, Omtanke, Respekt, Ansvar

Hänsyn

Beteendebaserat värdegrundsarbete

Emil, Samir, Zlatan - 8 år

Ronja, Miriam, Lady Gaga - 14 år

Omformuleringsövning

En elev, adept, kollega du har "svårt" med.
Vad är deras styrkor, förtjänster, framgångar, lärstilar m m?

<u>Vad är den positiva intentionen bakom deras beteende? I vilket sammanhang är beteendet eller egenskaperna en tillgång?</u>

Omformulering

- Diskuterar
- Visar intresse
- Inriktar sig på karriär
- Visar idérikedom
- Hög ambitionsnivå
- Vidareutvecklar sig
- Skvallrar
- Lägger sig i
- Försummar
- Är beskäftig
- Sliter ut sig
- Springer på kurser

Traditionella styrkor & kompetenser

Otraditionella styrkor & kompetenser

Traditionella & otraditionella styrkor

- **Idrotta**
- **Underhålla**
- **Läsa/skriva**
- **Räkna**
- **Minnas**
- **Analysera**

- **Room lighter**
- **Wower**
- **Fixare**
- **“Vi”-are**
- **Planerare**
- **Översättare**

Identifiera ”må-bra sammanhang” - ofta ett ”framtids sammanhang”

Exempel:

Mat

Idrott

Musik

Häst

Spel

Exempel

Fotboll
Festa
Popcorn
Rymma
Bartender

Fokusera på **hur** inte vad

Val av angreppssätt

Projektet tar sin utgångspunkt i kognitiv beteende teori som betonar tre delar i förändringsprocesser:

1. Kunskap – till exempel hur människor påverkas av sin omgivning och av grupper man deltar i.
2. Attityder – hur vi styrs av våra attityder, värderingar, förutfattade meningar, erfarenheter mm.
3. Beteende - hur man övar in nya beteenden för att få dessa att bli en vana - och sedan sprider det vidare.

Träning inför uppdraget





Uppdragen

Exempel på uppdrag:

1. Se matpersonalen i ögonen och säg "Tack" med ett leende.
2. I skolan, eller i klassen - säg "Hej" till någon och fråga om du kan hjälpa till.
3. Säg "Hej" till någon du vanligtvis inte brukar säga "Hej" till.
4. Få någon som inte prata så mycket, att prata lite mer.
5. Försök att få så många som möjligt i klassen, att delta i en gemensam aktivitet.

”Ayad” med tre språk och 5 F



Styrkeintervju

- **”Framgång”**
- **Styrkor - nyckelord, bekräftelser**
- **Ny utmaning**
  - **Kort**
  - **Specifik**
  - **Begränsad**
  - **Uppföljningsbar**



Samtalsmodell

- **Nöjd? Lyckats?**
- **Fastställ nyckelord!**
- **Hur gjorde du för att lyckas? Vilka styrkor använde du?**
- **Beskriv en kommande utmaning**
- **Använd nyckelorden - kan samma tankar hjälpa till i den nya situationen?**
- **Konkretisera - en sak inom en vecka**
- **Sammanfatta, stäm av, avrunda, tacka.**

”Emil” med bara dataspel i huvudet



Häst Hanna



Arbetsmarknads-omformulering, t.ex. hästnäringen, fotboll som företag

Spelande Emil och Ridande Hanna - om 20 år eller ”Kalle” om 20 år

30 sekunder

Vad har de personer (släkt, vänner, lärare, chefer) som har påverkat dig mest positivt i ditt liv gemensamt för synsätt och egenskaper?

Vad gjorde de? Hur gjorde de? Varför?

- **Dålig på eller bra på?**
- **Svårigheter eller möjligheter?**
- **Misslyckanden eller lyckade tillfälle?**
- **Bakåtanalyser eller framåtplanering?**
- **Låt gå eller motståndsrörelse?**

Utvecklingssamtal ska följa 80/20-

Erfarenheter av utvecklingssamtal -
som ung, som förälder, som personal?

Grundstruktur?

Teorin om styrkor

- Marcus Buckingham, Donald Clifton Gallupinstitutet (Positiv psykologi)
- Bok: First, Break all the rules
- Fråga: Upplever du att du använder dina styrkor till fullo på jobbet?

-20%

Myter

- **Allt eftersom ändras din personlighet**
- **Man växer genom att träna bort sina svagheter**
- **En bra lagmedlem gör vad som helst för att hjälpa laget**

Sanningar

- **Allt eftersom blir du mera av den du redan är**
- **Du utvecklas mest genom att fokusera på dina styrkor**
- **En bra lagmedlem bidrar mest genom att ge av sina styrkor till laget**

Exempel

- **Med vuxna: Poliser, Läkare, Apotekare, Skolledare, Lärare**
- **Egna exempel: Rektor, Trädgård, Politik. Vad SKA jag syssla med? Författare och föreläsare**
- **“Skicka aldrig någon på fortbildning i det den är svag på, utan bara i det den redan är bra på!”**

LEDARENS UPPDRAG

ATT SÅ MÅNGA SOM MÖJLIGT SÅ OFTA SOM MÖJLIGT FÅR GÖRA DET DE BRINNER FÖR OCH DET DE ÄR BRA PÅ

”Ovilsamma”

1. **Svek**
2. **Besvikelse**
3. **Understimulerade**
4. **Strategilösa**
5. **Motiverad till annat**
6. **Medicinska orsaker**
7. **Brister i miljö och struktur/schema**
8. **Stress- uppgifter, tempo & relationer**
9. **Språk**
10. **Otydlighet**

Metakogntion - ger en känsla av kontroll. Jag vet hur jag tar mig från plats A till plats B.

Styrkestjärnan

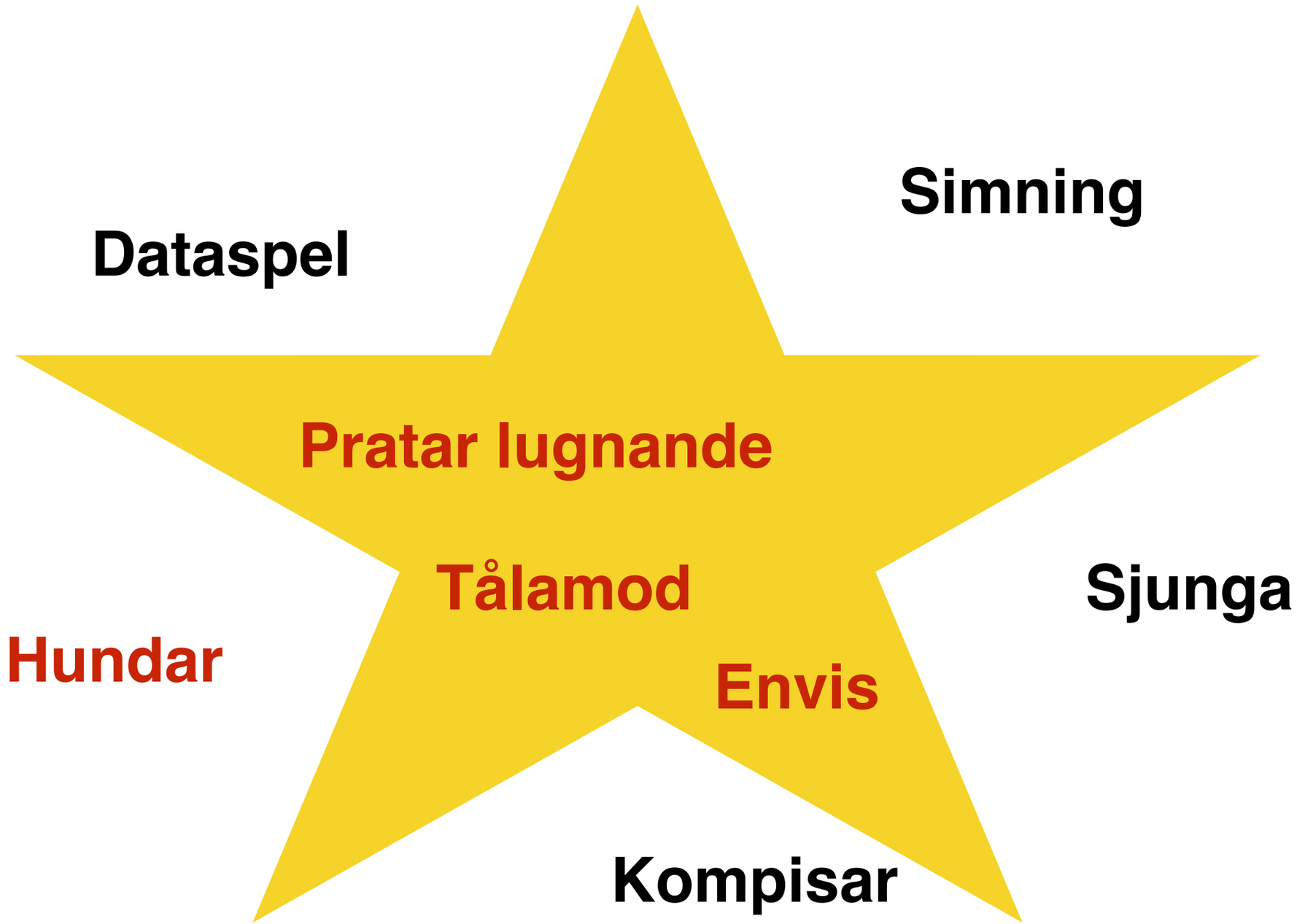
Vad är en styrka? - ett uttryck för hur man lyckas

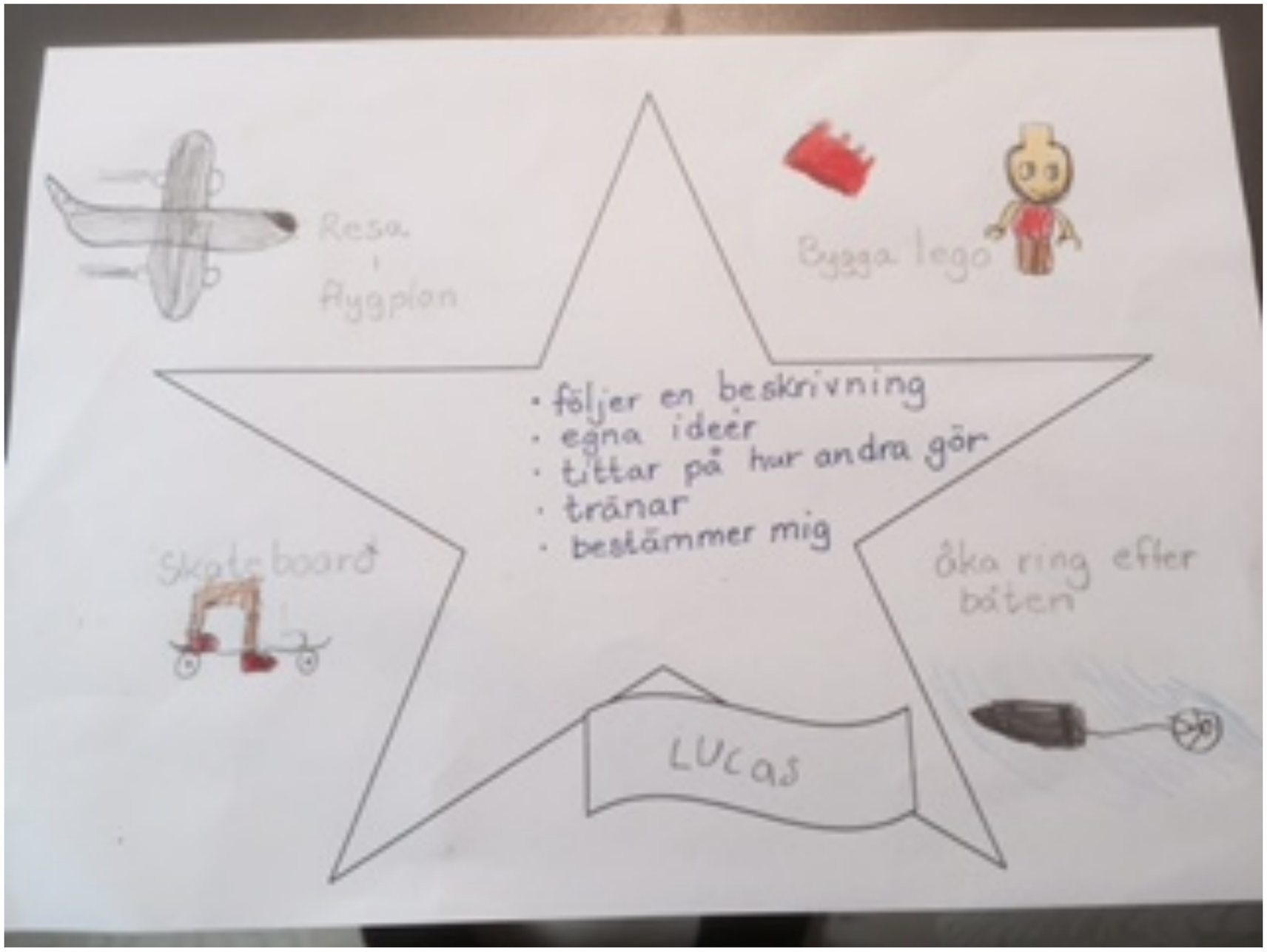
Fokusera inte på VAD utan på HUR

Styrkestjärnan är ett enkelt sätt att visualisera styrkor


VAD
HÜR

Mina styrkor




Resa i flygplan
Bygga lego
• följer en beskrivning
• egna idéer
• tittar på hur andra gör
• tränar
• bestämmer mig
Skateboard
åka ring efter båten
LUCAS

Elina, SL5


Matte
NO experiment
Kolla de som kan
Fatta beslut - Detta är min grej
Ta chansen direkt
Musik
Våga
Idrott
Öva, öva, öva

Ida, 7A

Handboll

NO, SO, Geografi

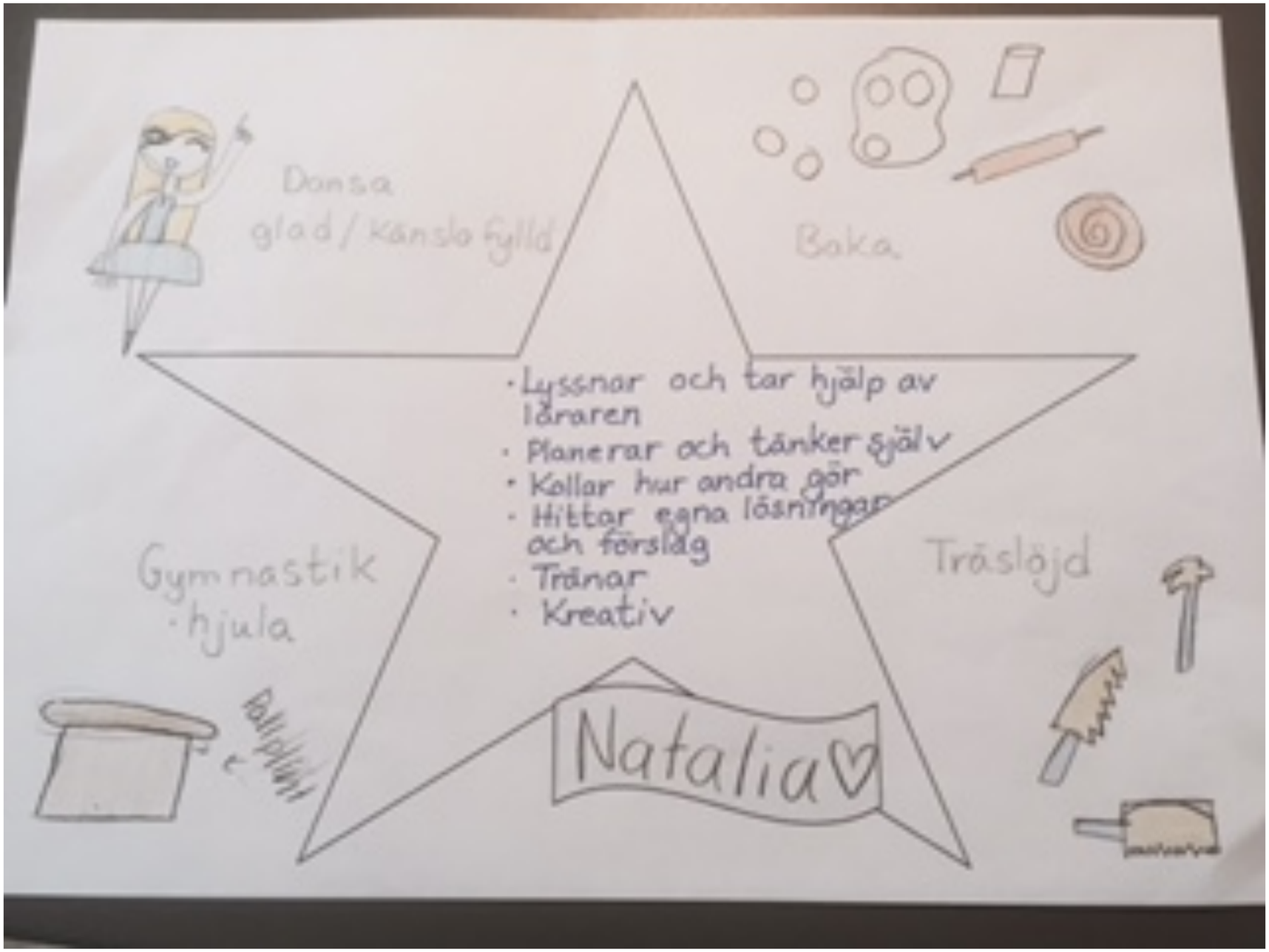
Vill utvecklas

Observerar
andra - går på extra matcher för att studerar hur de gör, lyssnar på expert som förklarar

Kompisar-
Träna, Se film

Måste vara tuff ibland

Fotboll


Dansa
glad / känslofylld
Baka
· Lyssnar och tar hjälp av läraren
· Planerar och tänker själv
· Kollar hur andra gör
· Hittar egna lösningar och förslag
· Tränar
· Kreativ
Gymnastik
· hjula
Träslöjd
Natalia♡



Nicole, 2:an

Gillar att berätta

Vill lära sig
åka rullskridskor

Hoppstyltor

Vill lära mig

Lyssnar på tips

Kollar hur det går till

Tänker ut ett sätt att prova

Har en plan

Se ett resultat och gör lite till

Provar, provar, provar

Analysera vad som kan bli bättre

Tänker högt för mig själv



Oscar förklarar hur han lär sig




NEW YORK


MIDTOWN

Styrkestjärnan

Yngre barn: Metakognition

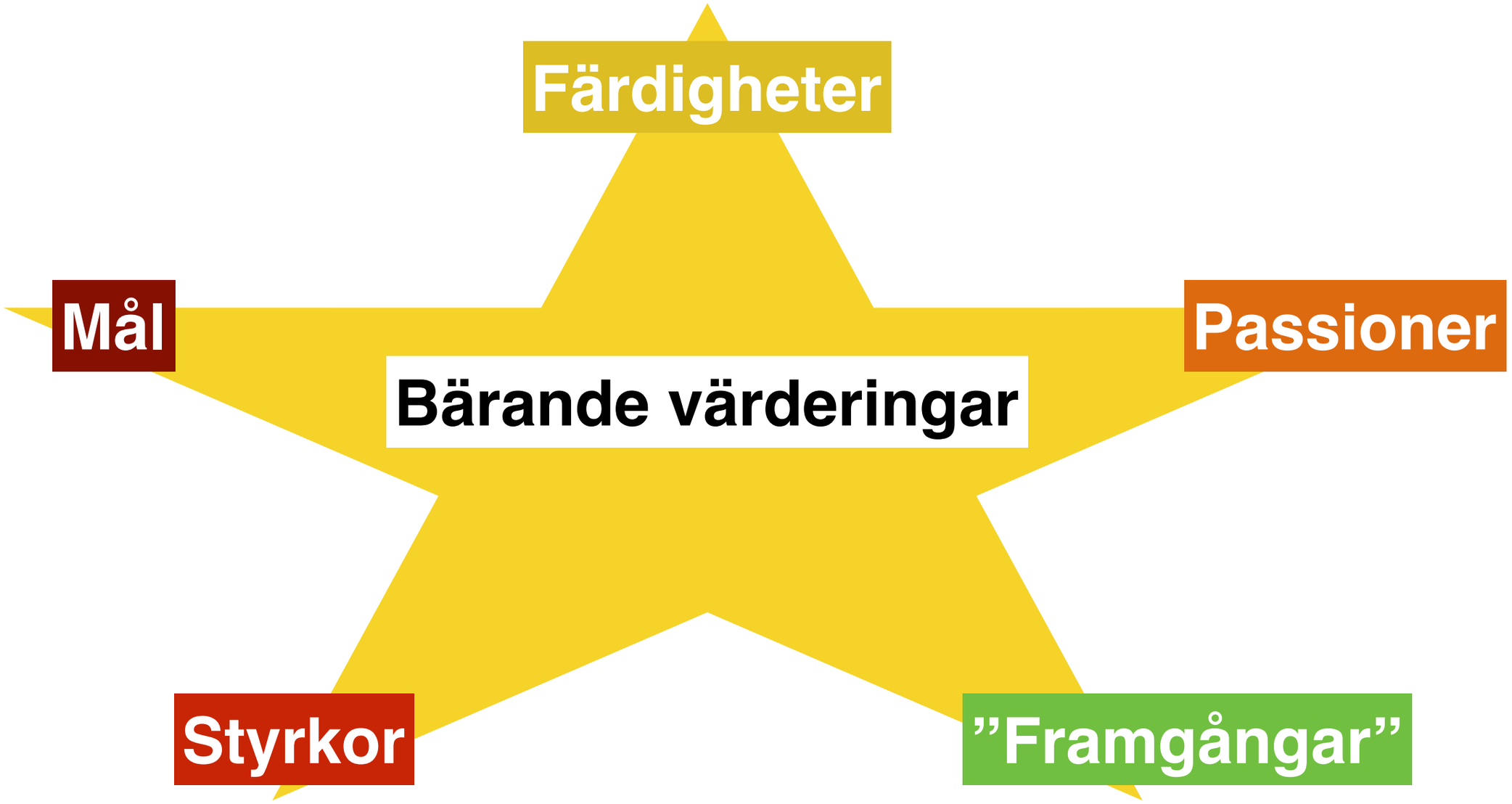
Ungdomar: Styrkor

Vuxna: Framgångar

Här är ett exempel från en klass.



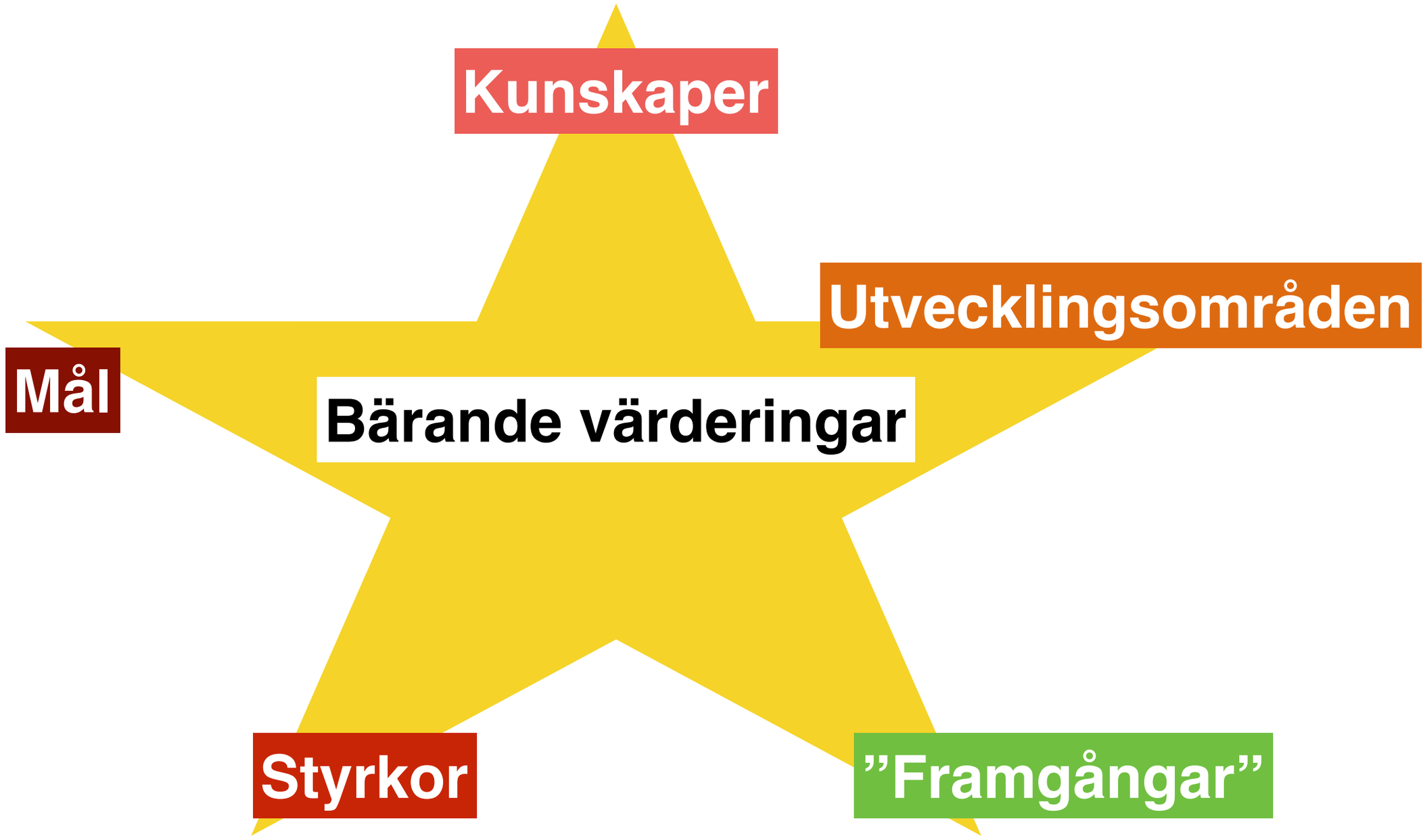
Styrkestjärna vuxna



Mina åtgärder

Mitt ord

Styrkestjärna: organisation



Våra åtgärder

Vårt ord

Hemuppgift!

1. Styrkesamtal med en vän/familjemedlem
2. Styrkestjärna - för dig själv
3. Styrkestjärna med ett barn
4. Presentera styrkestjärnan vid nästa utvecklingssamtal

Budskap idag

- Viktigt att förändra en ”bristletar”-attityd till en ”styrkeletar” attityd
- Det är genom att utnyttja våra styrkor som vi lär oss, växer och mår bra.
- 80-20 relationen mellan styrkor och förbättringsområden
- Styrkestjärnan är en komplement till det du gör.

Nästa gång

- Sammanfattning
- Uppföljning av hemuppgifterna.
- Elevfilmer av styrkestjärnan
- Fler exempel på bra frågor och samtalsmetodik
- Något om svåra samtal och tillsägelser
- Metakognitionens betydelse
- Co-coaching modellen för kollegialt lärande

Ut och leta styrkor!

Tack för idag!

Att leda till ett annat tänkande

- Kollektiv "anställning": trygghet, säkerhet
- Intraprenörskap: ansvar & initiativ
- Entreprenörskap: starta eget, bygga eget

Civilingenjör eller hästmassör?

Är det rättvis att säga att skolan är utformad främst för blivande civilingenjörer och civilekonomer?



EXEMPEL

- Nagelkonstnär
- E-bay samlare/säljare
- Avatar designer
- Bananmognare
- Humorkonsult
- Lunchmentor
- Pixelsäljare
- Tävlingsätare
- Iskonstnär
- Dokusåpdeltagare
- Tävlingstävlare
- Personlig shoppare

Schoolsmart och Streetsmart?

Skolvägen och kvalitetsvägen?

”A smart person knows everything.
A wise person knows everyone.”

- **Artighet**
- **Ansträngning**
- **Ansvar**

- **Passion**
- **Talang**
- **Mästerskap**



Vilken är skolans tradition? Fokus på svagheter, kontroller eller fokus på styrkor och att frigöra?

Drivkraft kan komma från…

- **Passioner**
- **Ilska och orättvisor**
- **Utmaningar från andra**
- **Långsikta och kortsiktiga mål**
- **Beröm: inre och yttre**
- **Belöning**

Styrkesamtal bygger

- Styrkor
- Talanger & kompetenser
- Lärstilar och strategier
- Intressen & passioner
- Flow
- Framgångsmönster



Som man frågar får man svar

- Oppositionell - ilska och motstånd
- Neutral - osäkerhet eller upprepning
- Klargöring - reflektion och eftertanke

Styrkor är också…

- Kunskaper
- Färdigheter
- Konstruktiva vanor
- Beteende
- Värderingar
- Attityder

Värderingar leder dig till drivkraft och motivation

Värderingsindikatorer

- **Intressen**
- **Attityder**
- **Aktiviteter**
- **Bekymmer**
- **Preferenser**
- **Synpunkter**
- **Mål**
- **Känslor**
- **Förhoppningar**

Klargörande frågor

- **Nöjd? Stolt?**
- **Annorlunda?**
- **Fördelar? Nackdelar**
- **Eget val? - Frivillig?**
- **Vem har påverkat ditt beslut?**
- **Göra om?**
- **Rekommendera andra?**
- **Viktigt? Viktigaste?**
- **Mest givande?**
- **Vad får du ut av det?**
- **Vad är grejen?**

- **Personlig och kognitiv**
- **Opersonlig och kognitiv**
- **Personlig och affektiv**

- Reflektion
- Sortering
- Prioritering
- Klargöring
- Värdering

Samtal på stående fot

- HUR?
- VARFÖR - Vad är grejen?

Exempel - värderingar

Julen, semestern, TV, fritid, gårdagen…

Vad är behållningen, ”grejen”, det intressana,
det viktiga, mm? Vad får du ut av det?
Leta värderingstema & sätt ”rubriker”
Vrid till en annan situation (t ex yrkessituation)
Led till konkretion
Stäm av, sammanfatta ofta

Demonstration

Metakognitiva frågor som kräver eftertanke och som framkallar visuella minnen

Vilka slags frågor ska man ställa till barnen?



Att stödja sitt barns lärande och växande

Vad brukar vi fråga våra barn och ungdomar när de kommer hem från skolan?

Vad finns det för alternativa frågor?

John Steinberg, www.steinberg.se

SYFTE

Presentera begreppet ”Metakognition”

Hur kan man främja barnens lärande?

Hur kan din son eller dotter vara en ännu mer konstruktiv medlem i gruppen?

Hur kan du hitta ditt barns styrkor?

Vad brukar vi fråga om?

Hur har du haft det i skolan?

Vad gjorde ni i skolan idag?

Har ni haft roligt i skolan idag?

Träna det visuella minnet

- Vad har ni ätit idag?
- Vad hade din lärare på sig idag?
- Vem satt bredvid dig på maten idag?
- Vad är det första du gjorde på gården idag?
- Berätta vad ni pratade om på andra lektion
- Berätta vad som är uppsatt på vägarna?
- Rita en bild av hur klassrummet ser ut

Fokusera på det sociala - läraren och gruppen

- Hur har du hjälpt din lärare idag?
- När var du en bra kompis idag?
- Hur har du hjälpt en klasskamrat under en lektion idag?
- Hur har du hjälpt en klasskamrat under en rast idag?
- Vem fick du på gott humör idag?
- Vad var det artigast du har gjort idag?

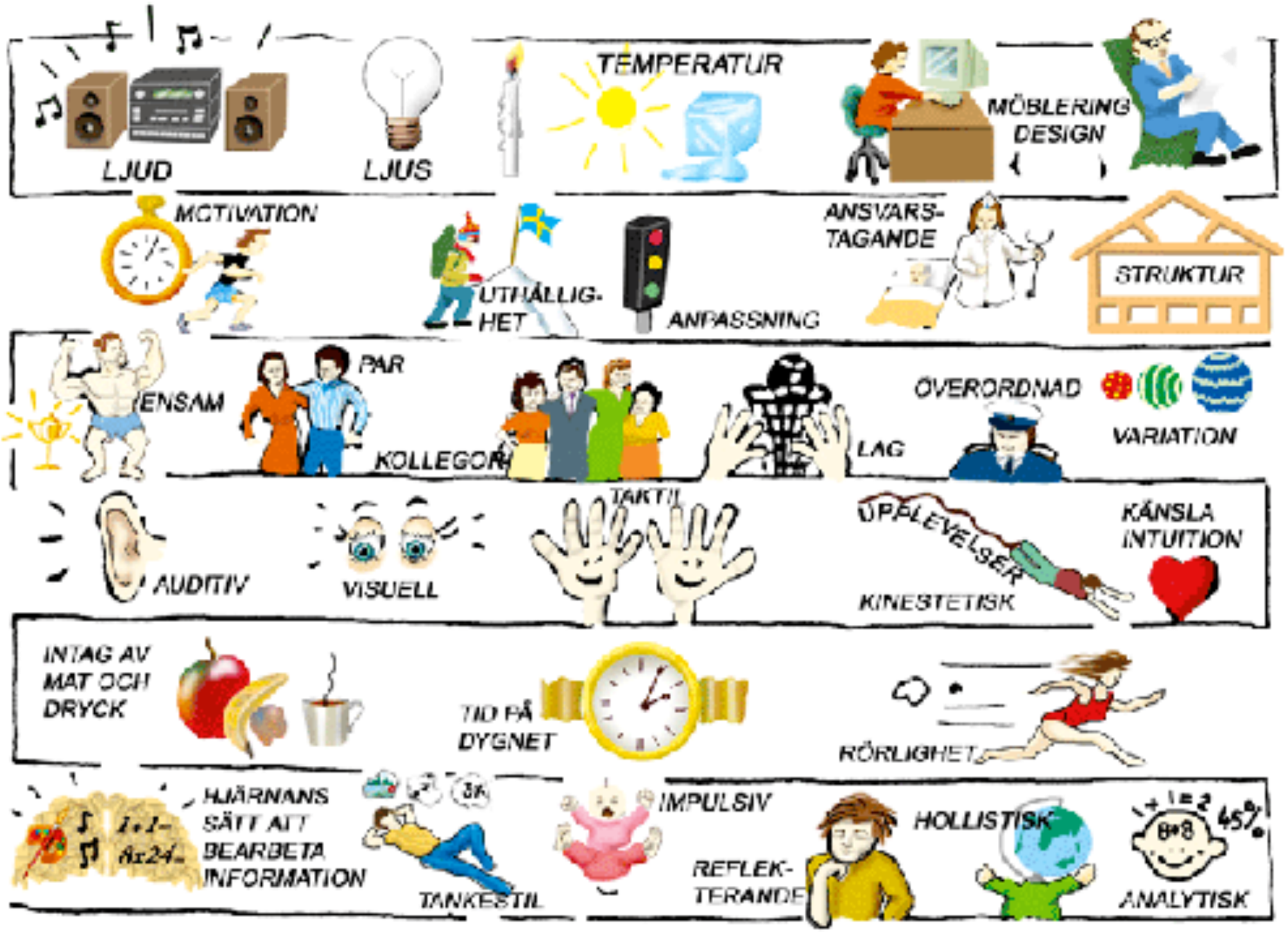
Det gäller att ha balans mellan individen och kollektivet (gruppen) och mellan vad eleverna vill och läraren behöver och vill.

Tre teorier om lärstilar

1. Dunn och Dunn - 21 olika lärstilar, t ex fysiskt, socialt, hjärnan

2. Grinder: Ordenspreferenser för visuellt, auditivt, kinestetiskt

3. Gardner: Multipla intelligenser, t ex logiskt, verbalt, musikaliskt, kinestetiskt, natur, m fl


LJUD
LJUS
TEMPERATUR
MÖBLERING
DESIGN
MOTIVATION
UTHÅLLIG-
HET
ANSVARS-
TAGANDE
STRUKTUR
ANPASSNING
ENSAM
PAR
KOLLEGOR
LAG
ÖVERORDNAD
VARIATION
AUDITIV
VISUELL
TAKTIL
UPPLEVELSER
KINESTETISK
KÄNSLA
INTUITION
INTAG AV
MAT OCH
DRYCK
TID PÅ
DYGNET
RÖRLIGHET
HJÄRNANS
SÄTT ATT
BEARBETA
INFORMATION
TÄNKESTIL
IMPULSIV
REFLEK-
TERANDE
HOLLISTISK
ANALYTISK

Metakognition

Lärande

Framförhållning, Långsiktighet, Översikt, Planering
Strategier

Ägaren
Kock
Hovmästare

RESTAURANG

Servitris
Lokalvårdare
Diskare

Filmdags: Oscar, Nicole och Nicole

Strategier ger ”kontroll” och stärker självbilden

Hur man lär sig
Hur man påverkar
Hur man förädlar talang och styrkor
Hur man kommer från A till B



Oscar förklarar hur han lär sig





Philip förklarar sin inlärning



Enja förklarar hur hon skriver låtar

Metakognitiva frågor

- Ge exempel på någonting du har lärt dig idag.
- Hur gick det till? Vad gjorde du först? Sen?
- Om det skulle bli ännu lättare att lära sig nya saker, vad tror du att du skulle behöva göra? Vad vore en bra plan?
- Om du fick en ny chans med X, vad skulle du göra annorlunda?
- Ge ett exempel på när du har byt strategi när det första inte fungerade.

Metakognitva kommentarer

Statiskt mindset: ”Jag är inte bra i matematik.” ”Jag har tummen mitt i handen.” ”Jag har svårt att tala inför grupper.” ”De andra är nog smartare än jag.” ”Jag har ingen bollkänsla.”

Dynamiskt mindset: ”Ju mera jag anstränger mig desto bättre går det.” ”Med träning kommer jag långt.” ”Det går att lära sig om jag fokuserar.” ”Det är bra att ha en plan.”

Metakognitva kommentarer

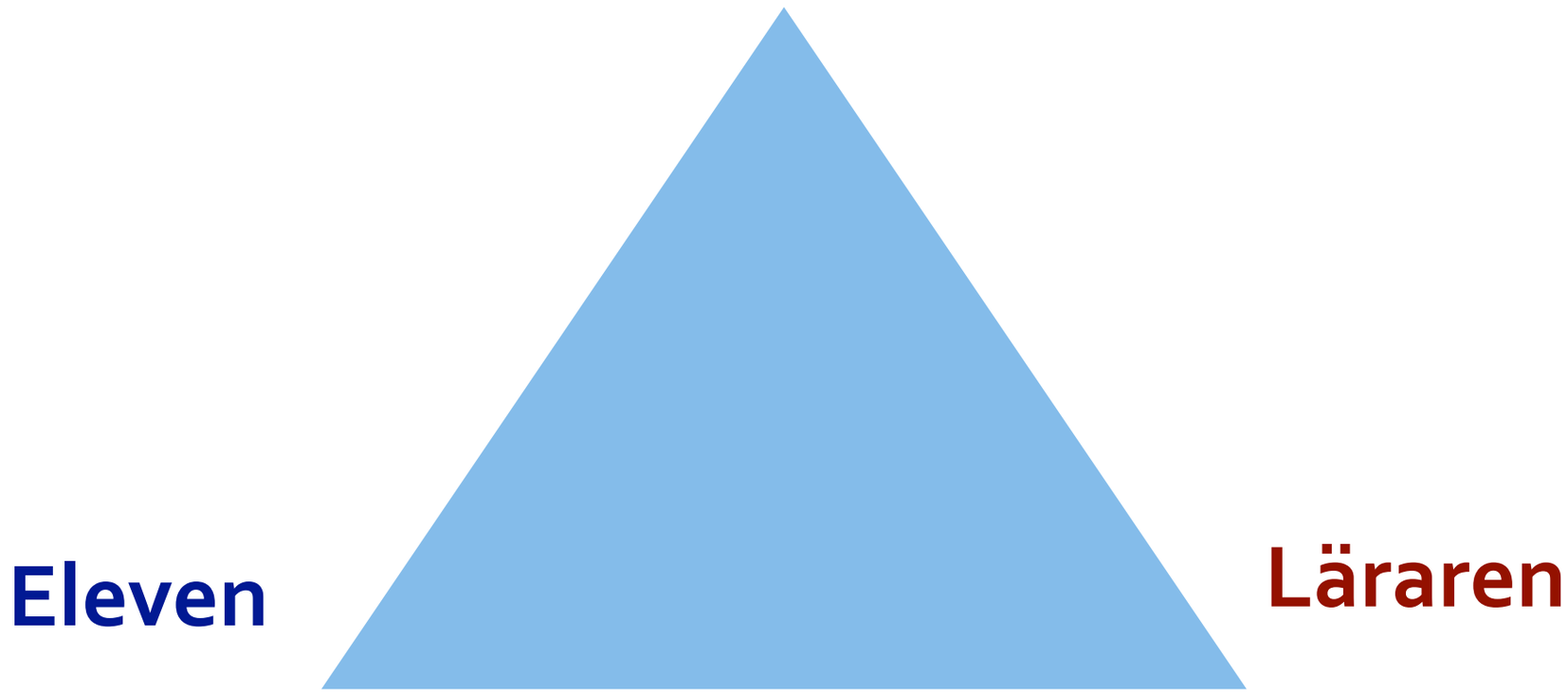
Statiskt mindset: Va’ duktig du är! ”Du är verkligen bra på att räkna.” ”Du har talang för detta.” ”Du blir säkert konstnär när du blir stor.”

Dynamiskt mindset: ”Jag ser att du anstränger dig.” ”Jag ser att detta är viktigt för dig.” ”Nu ser jag att du ler och mår bra av detta.” ”Va’ fokuserade du var.” ”Nu var du verkligen målmedveten.”

Ytterligare exempel på frågor

- Vad var du mest nöjd med idag?
- Vad var du mest stolt över idag?
- Vad var det som gjorde dig glad idag?
- Ge ett exempel på hur du kämpade idag.
- När överraskade du dig själv idag?
- När överträffade du dig själv idag?
- När var du en bra ledare i gruppen idag?
- När hjälpte du någon annan att lyckas idag?
- När bidrog du till en positiv stämning i gruppen idag?

Alla tre behövs



Klargör ansvar, rollfördelning och uppföljningsmetoder

1. Detta ska göra om ansvarig lärare…

2. Detta är vi överens att ni ska göra som föräldrar…

3. Detta förväntas eleven göra…

Hjälps åt!

Balans mellan individen och kollektivet
Balans mellan ”skolan” och ”livet”
Balans mellan kunskaper och metakognition

Förstå att ”ansträngning” och träning hjälper i nästan allt man gör!

Lycka till!

Ställ frågor som kräver reflektion och som främjar minnesbilder.

www.steinberg.se





Och kom ihåg - att ”bara vara” har också ett stort värde!

Kroppsspråkliga tecken



- Kort paus innan svaret kommer
- Ser upp i taket och vänder ibland bort kroppen
- Tittar bort, sedan på dig

Matchning och pacing

- Tempo
- Revir
- Positionering/avstånd
- Känslor eller information?
- Abstrakt/Konkret språk

Olika typer av samtal

- Information
- Konflikter
- ”Tillsägelser”
- Empati / tröst
- Personlig utveckling

FLOW
Michaly Csikszentmihalyi

- Personligt val
- Meningsfull utmaning
- Tydliga spelregler
- Man vet hur det går - det finns kriterier för framgång
- Intensiv aktivitet
- Glömmer bort tid och rum
- Slutsatser för nästa gång

Styrkeintervju

- **”Framgång”**
- **Styrkor - nyckelord**
- **Ny utmaning**
  - **Kort**
  - **Specifik**
  - **Begränsad**
  - **Uppföljningsbar**



Styrkesamtal

- **Leta utgångspunkt i styrkor, intressen, passioner, talanger, flow och framgångsmönster**
- **Leta tema och fokus**
- **Ställ öppna och klargörande frågor**
- **“Vrid” på temat**
- **Gå ifrån abstraktioner och leta exempel och konkretioner**
- **Sammanfatta alternativen som kommer fram**
- **Klargör första steget som tas inom en vecka**

Styrkesamtal

- **Leta utgångspunkt i styrkor, intressen, passioner, talanger, flow och framgångsmönster**
- **Leta tema och fokus**
- **Ställ öppna och klargörande frågor**
- **“Vrid” på temat**
- **Gå ifrån abstraktioner och leta exempel och konkretioner**
- **Sammanfatta alternativen som kommer fram**
- **Klargör första steget som tas inom en vecka**

Glöm inte: Tuff kärlek

- Kärlek (du vill den andra väl) är en förutsättning, men...
- Du får lov att avbryta för att återfå fokus, förstå bättre, konkretisera, sammanfatta
- Ha en hög förväntansnivå
- Följ upp. Hur har det gått?

Goda råd

- Ställ öppna frågor
- Sammanfatta ofta
- Be adepten sammanfatta
- Häng med med kroppen
- Ta bort möjliga distraktioner
- Klargör villkor - tid, syfte, metodik
- Från abstraktion till konkretion
- Sök adeptens lösningar, inte dina
- Vänta med råd och ge det varsamt
- Välj tema och välj ett fokus

Reflektion

- **Nöjd?**
- **Rätt? (Nyckelord)**
- **Annorlunda?**
- **Feedback?**
- **Göra?**

Förutsätter att du vill väl…



Lärdomar?
Slutsatser? Frågor?

www.facebook.com/johnsteinberg1
Kolla gärna www.steinberg.se för kurs- och bokinformation.

Leta rätt på dina och andras styrkor!

Lycka till!

Ställ frågor som kräver reflektion
och som främjar minnesbilder.

