

Sluttrapportering for program for folkehelse 2018 - 2023

Oppdal kommune



Innhold

Innledning.....	3
1. Delprosjekt 1- Voksenrollen i Oppdalsfotballen	4
2. Rapportering	4
2.1. Beskrivelse av tiltaket.....	4
3. Erfaringer fra arbeidet med tiltak	7
4. Evaluering.....	8
4.1. Resultater og læringspunkter.....	8
4.1.1. Hovedfunnene i «Rapport om Voksenrollen i Oppdalsfotballen».....	8
4.1.2. Hovedfunnene i masteroppgave i folkehelse	9
5. Tverrfaglig samhandling	10
6. Det systematiske folkehelsearbeidet	10
7. Deling av erfaring	12
8. Delprosjekt 2 «Foreldremöteplan med dialogduk»	14
9. Rapportering	14
9.1. Beskrivelse av tiltaket.....	14
10. Erfaringer fra arbeidet med tiltak	17
11. Evaluering.....	17
12. Deling av erfaring	18
Litteraturliste:.....	20



Innledning

«Fjellbøgda sammen» er utviklet av Oppdal kommune i samarbeid med FOU miljø (NTNU, RKBU Midt-Norge og NORCE) gjennom «Program for folkehelsearbeid i kommunene». Prosjektet har mål om å styrke voksenrollen gjennom å styrke relasjon - og samspillskompetanse til alle voksne på barns livsarenaer; hjemmet, barnehage/skole og fritid. Målet er at barn og unge skal møte autoritative voksne som ser, hører og forstår barn på en trygg, tydelig og omsorgsfull måte. Indirekte er målet å styrke barn og unges psykiske helse.

“Fjellbøgda sammen” består av to delprosjekt.

1. “Voksenrollen i Oppdalsfotballen”
2. “Foreldremøteplan med dialogduken”

Det er gjennom prosjektperioden utviklet en modell for hvert delprosjekt, der begge delprosjekt er bygd opp etter inspirasjon fra DUÅ (De utrolige årene) som knyttes til en pyramide (trenerpyramide og lærer/foreldrepyramide) med verktøy for hvert trinn. Modellene benyttes som verktøy for å styrke voksnes relasjon – og samspillskompetanse på barns arenaer i Oppdalssamfunnet.

Delprosjektet «Voksenrollen i Oppdalsfotballen er evaluert med en rapport som kommunen har utarbeidet i samarbeid med NTNU,» Voksenrollen i Oppdalsfotballen», samt en masteroppgave, «Relasjon – og samspillskompetanse hos trenere i barneidretten», som er gjennomført av prosjektleder for «Fjellbøgda sammen»

«Fjellbygda sammen», er nå blitt en betegnelse og paraply over tiltak som styrker voksenrollen i Oppdalssamfunnet.



1. Delprosjekt 1 Voksenrollen i Oppdalsfotballen



2. Rapportering

2.1. Beskrivelse av tiltaket

«Voksenrollen i Oppdalsfotballen» er et av to delprosjekt i «Fjellbøgda sammen» som retter seg mot fritidssektoren og er et tiltak som skal styrke trenerrollen i barnefotballen i Oppdal. Målet er å styrke voksenrollen hos trenere i barnefotballen gjennom å øke relasjon - og samspillskompetansen.

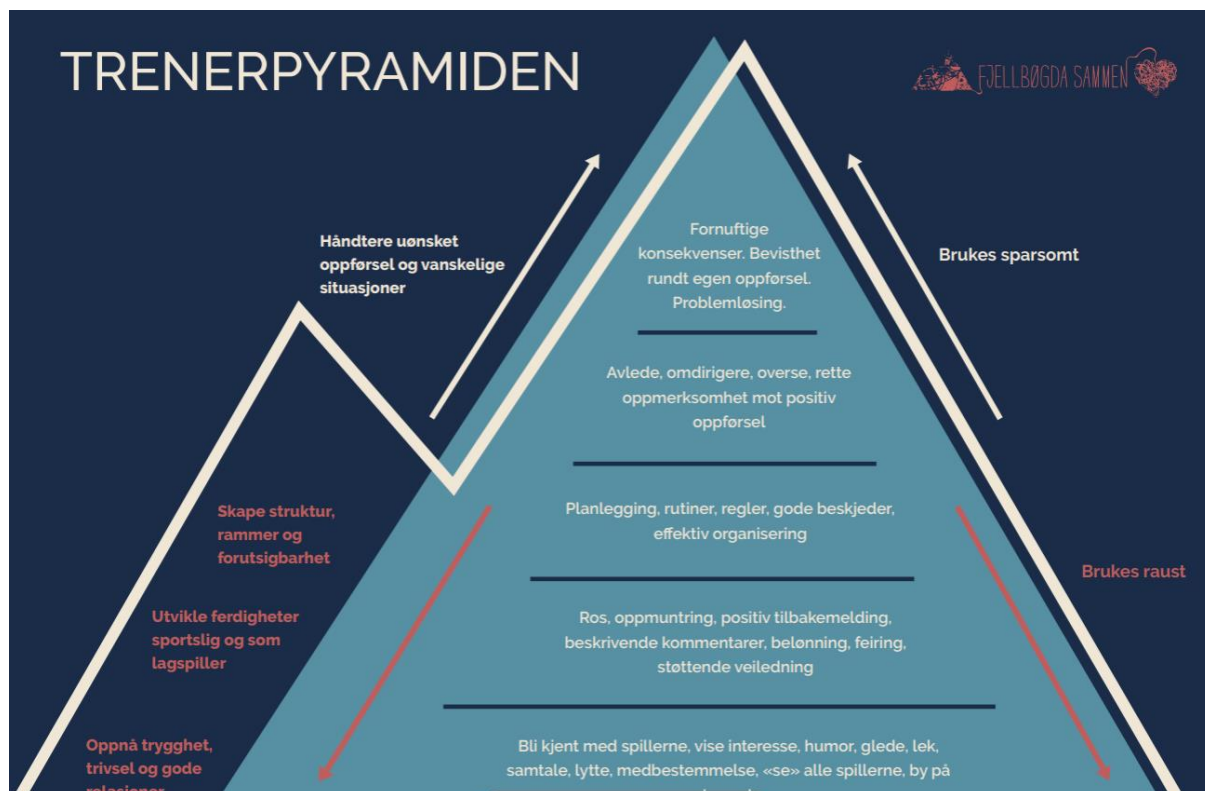
Tiltaket er innovativt og Kommunen har sammen med NORCE og NTNU, RKBU Midt – Norge, og det lokale idrettslaget bygd opp en egen trenerveiledningsmodell inspirert av De utrolige årene (DUÅ) (Webster Stratton, 2000). DUÅ er en nasjonal satsing fra Helsedirektoratet og har som mål å fremme barns psykiske helse ved å trygge foreldrene i forelderrollen, styrke barns sosiale-, emosjonelle- og problemløsningsferdigheter, og å forebygge og behandle atferdsvansker.

Trenerveiledningsmodellen er siden piloten i 2019 brukt hvert år opp mot trenere for aldersgruppen 8 år. Veiledningsgruppene består av trenergruppene til to lag (henholdsvis gutte- og jentelaget i samme årgang), til sammen 10 – 12 trenere i hver veiledningsgruppe. Hver veiledningsgruppe får 4 veiledningsøkter a` 2,5 timer pr. økt fordelt gjennom en sesong.

Trenerveiledningene gjennomføres av rådgiver fra PPT og rådgiver for kultur i kommunen i samarbeid med trenerveileder og ansvarlig for barnefotballen i fotballgruppa i idrettslaget. Det er ovennevnte representant fra idrettslaget som informerer trenere om trenerveiledningen og forbereder dem på kurset. Prosjektleder for «Fjellbøgda sammen» har også deltatt og fulgt prosjektet tett.

Veiledningene består av kompetanseheving, gruppediskusjon og refleksjon ut fra caser som deltakerne selv kommer med eller som leder av trenerveiledningen presenterer. Det blir gitt øvingsoppgaver på hver veiledningsøkt som skal gjennomføres på treningene. Deltakerne diskuterer egne erfaringer fra øvingsoppgavene i plenum på neste veiledningsøkt. Det blir også benyttet videoklipp med situasjoner fra trening (opptak fra andre lag i samme aldersgruppe), der deltakerne diskuterer og reflekterer rundt trenernes praksis, hva de kan ta med til eget lag og hva som eventuelt kan forbedres.

Trenerpyramiden er en visuell modell som gir oversikt over de ulike områdene og tilnærmingene trenerne jobber med og hvilken prioriteringsrekkefølge de bør ha.



Figur nr. 1. Viser trenerpyramiden. (Thun m.fl.,2020).

Ut fra denne er det lagd en "verktøykasse" som inneholder konkrete råd om trenerhandlinger knyttet til de forskjellige nivåene i pyramiden. Pyramiden og verktøykasse blir delt ut i en laminert utgave, slik at trenerne kan ha den med seg i hverdagen på treningsfeltet og i kamp.

VERKTØYKASSA

Her finner du tips for hvordan du kan bruke trenerpyramiden på treningsfeltet og under kamp. Husk at de første trinnene er de viktigste! Ta den med på trening og kamp og bruk den aktivt. Ingen får til å gjøre alt, men noe er bedre enn ingenting.

Oppmerksomhetsprinsippet
Det blir ofte mer av den oppførselen treneren gir oppmerksomhet. Fokuser derfor på det du vil ha mer av. Gi mindre oppmerksomhet til oppførselen du vil ha mindre av.

Rollemodellprinsippet
Barna følger med og tar etter deg! Vær et forbilde gjennom:

- Å vise glede og entusiasme
- Å møte presis og holde avtaler
- Hvordan du snakker til egne spillere, dommere og andre lags spillere

1

Oppnå trygghet, trivsel og gode relasjoner

- Kom på trening med godt humør, vis glede og entusiasme!
- Prøv å snakke med alle spillerne.
- By på deg selv og del egne opplevelser og erfaringer.
- Vis forståelse for ulike atferder og personligheter. Vær tålmodig!
- Blir du avvist? Ikke gi deg - ha en varsom tilnærming.
- Gi rom for at spillerne får valg og mulighet til å påvirke treningene - vær åpen for tilbakemeldinger.
- Arranger noe sosialt utenom treningene.

2

Bruk av ros og positive tilbakemeldinger

- Let etter det spillerne gjør bra - også små ting - og ros det.
- Husk at ros kan gis til mer enn fotball-ferdigheter.
- Vær spesifikk på hva du roser.
- Hold rosen rein, unngå å blande ros og kritikk.
- Ros de som gjør det riktig i stedet for å kritisere de som gjør feil.
- Gi ros og oppmuntring for forsøket, ikke vent til resultatet er perfekt.
- Finn de små steg på veien mot en ferdighet og ros dem.
- Pass på å gi ros også til de mest krevende spillerne - finn noe de gjør bra og ros det!
- Gi også ros til trenerkollegaene!

3

Skape struktur og god organisering

- Møt forberedt og i tide - ha en plan for økta.
- Involver spillerne når det utformes regler for laget.
- Øv på reglene - gjenta dem og ros de som følger reglene.
- Gi kun nødvendige beskjeder og en beskjed i gangen - unngå beskjedstorm!
- Beskjedene bør være korte og konkrete.
- Si hva du ønsker at spillerne skal gjøre, ikke hva de skal slutte med.
- Ha raske overganger for å unngå dødtid!
- Sørg for å ha spillernes oppmerksomhet når beskjeden gis. Se dem i øynene.
- Vent med å gjøre andre ting til beskjeden er gitt.
- Få på plass gode rutiner - det skaper forutsigbarhet og effektivitet.

4

Håndtere problemer og oppførsel vi vil ha mindre av

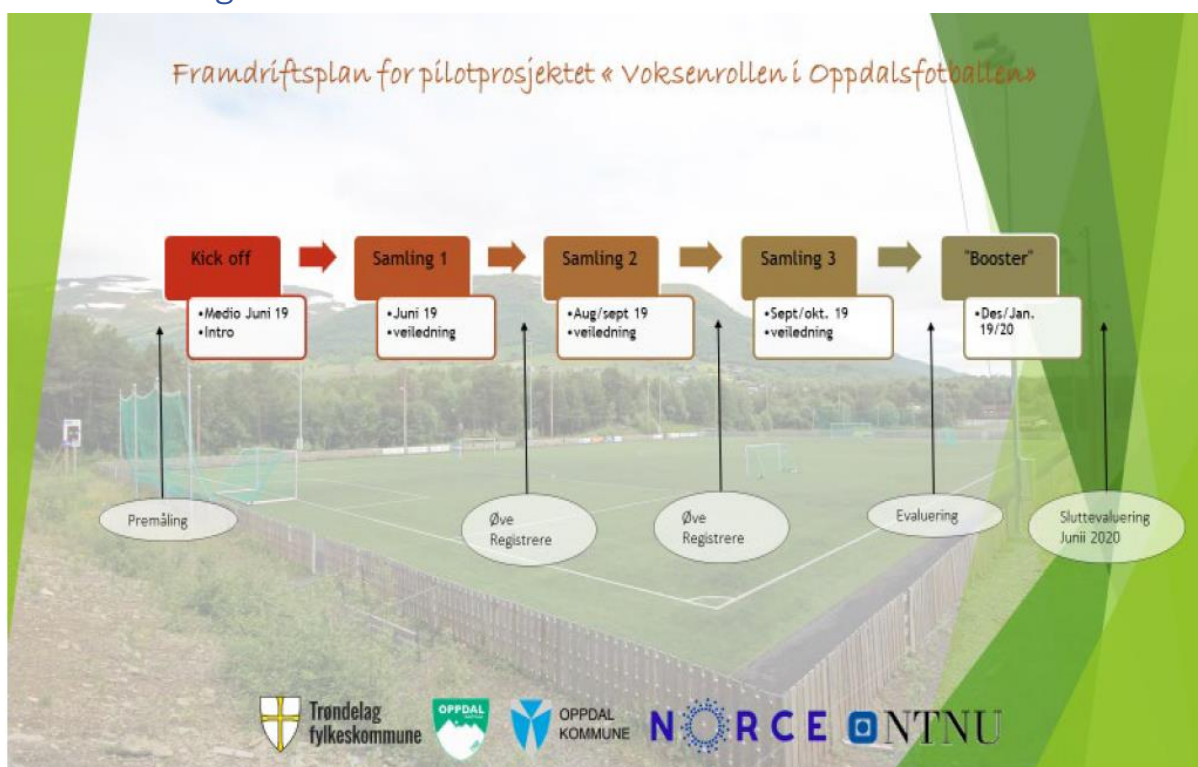
- Prøv å rette mest oppmerksomhet mot de som viser god oppførsel.
- Overse oppførsel som er irriterende, men som ikke ødelegger for andre.
- Avled og omdiriger når du kan, framfor å gi en negativ kommentar.
- Ved negativ oppførsel - se etter motsatte, positive handlinger som kan roses.
- Modeller god oppførsel selv når du setter grenser. Behersk deg selv - vær vennlig men bestemt.
- Når du gir en konsekvens - gi først spilleren valget mellom god oppførsel og konsekvensen.
- Konsekvenser bør være forutsigbare og stå i forhold til regelbruddet.
- Etter konsekvensen - se etter god oppførsel og gi den oppmerksomhet raskt.

EVELIN BRAGA SAMMEN

Figur nr. 2. Viser verktøykassa som viser til råd knyttet til hvert nivå i trenerpyramiden. (Thun m.fl.,2020).

Som tidligere nevnt gjennomføres tiltaket årlig, og det jobbes med en modell for permanent drift etter prosjektperioden i samarbeid med idrettslaget.

3. Erfaringer fra arbeidet med tiltak



Figur nr. 3 Viser milepælsplan for pilotprosjektet

Gjennomføringen av prosjektet har holdt seg til milepælsplanen gjennom pilotperioden.

Sett opp mot suksessfaktorene og barrierene som var satt i prosjektplanen, har prosjektet i stor grad styrt unna de barrierene som ble satt. Årsaker til dette:

- Realistisk format og omfang på prosjektet med tanke på tidsbruk, personell og ressurser.
- Forankring og involvering av nøkkelperson idrettslaget.
- Bruk av allerede eksisterende kompetanse internt i kommunen.
- Tilgang på kompetansemiljø i utviklingen ved behov.
- Samarbeid på tvers av enheter i kommunen, og bruk av egne ressurser.

En annen suksessfaktor er at kommunen har hatt hovedansvaret for gjennomføringen og implementeringen. Dette handler om at kommunen har en mer stabil gruppe ansatte, mens personer i idrettslaget byttes oftere ut og det er derfor mer sårbart i forhold til overføring av kunnskap og gjennomføring. Videre har det vært god kommunikasjonsflyt mellom prosjektgruppa for hovedprosjektet og arbeidsgruppa for delprosjektet.

En utfordrende faktor med tiltaket er at trenere er frivillige og ikke kan pålegges samme møteplikt som dersom de var ansatt i f.eks. kommunen. Trenerne kan også ha ulikt engasjement og forpliktelse overfor oppgaven som trener. Dette har ført til litt ujevnt oppmøte i enkelte grupper, noe som påvirker utbyttet av veiledningene.

En annen utfordring er at det er ikke lagt opp til oppfølging i etterkant av siste veiledning. Vi vet derfor lite om effekten av opplegget i årene etter. Et forslag til løsning som har vært diskutert er en oppfrisknings-samling med lagene i etterkant, hvor innholdet oppsummeres og erfaringer diskuteres.

FoU-aktører har primært hatt to viktige funksjoner:

- Evaluering: evaluering av pilotprosjektet – se eget punkt om dette.
- Faglig sparringspartner: FoU-aktører er jevnlig benyttet for å kvalitetssikre arbeidet underveis i utviklingen. Videre har kommunen sparret med FoU-aktørene når det skal tas veivalg eller gjøres endringer/revideringer i opplegget.

4. Evaluering

Det er benyttet både kvantitativ og kvalitativ metode, ved bruk av spørreskjema og fokusgruppeintervju for å evaluere prosjektet "Voksenrollen i Oppdalsfotballen". NTNU, RKBU Midt-Norge har i samarbeid med kommunen utarbeidet en rapport fra pilotstudie som ble gjennomført i 2019; «Rapport om «Voksenrollen i Oppdalsfotballen». Spørreskjema ble besvart av trenerne som deltok på trenerveiledningene før og etter intervensjonen i pilotstudie i 2019. Fokusgruppeintervju ble gjennomført etter intervensjon i 2019 og 2022 og er benyttet i en kvalitativ studie i masteroppgaven med tittel "Relasjon - og samspillskompetanse hos trener i barneidretten", som ble ferdigstilt desember i 2023.

Datamaterialet i rapporten er hentet fra spørreskjema. Selv om utvalget er lite, har vi valgt å benytte et spørreskjema både før og etter intervensjonen. Målsettingen med pilotstudie har vært å prøve ut om intervensjonen er gjennomførbar og om den tilfredsstillende kriterier og prosedyrer for å bli vurdert som et kunnskapsbasert og kvalitetssikret prosjekt. De kvantitative dataene viser endringer, og om vi får resultatmål som ønsket. Det ble stilt samme spørsmål før intervensjonen (0-punkt) og etter intervensjonen. Det var da særlig effekten og opplevelsesaspektet ved deltakelse og om det hadde vært en egen opplevd effekt hos trenerne. I tillegg ble hele prosessen beskrevet, og fungerer som en prosessevaluering, hvor vi satte oss prosessmål underveis (Westhagen et al., 2008). trenerveiledningsmodellen ble etter pilotstudie revidert og prøvd ut på nytt og intervensjonen er implementert i kommunen.

Det ble gjennomført to fokusgruppeintervju som er datamaterialet i en kvalitativ studie i masteroppgaven med tittel «*Relasjon - og samspillskompetanse hos trenere i barneidretten*». Det er prosjektleder for «Fjellbøgda sammen» som har utarbeidet oppgaven. Bakgrunnen for en kvalitativ studie var en interesse for å studere trenernes opplevelse og erfaringer med veiledning i relasjon - og samspillskompetanse i barnefotballen.

Publisert materiale om prosjektet:

[Rapporten "Voksenrollen i Oppdalsfotballen"](#)

[Masteroppgave i folkehelse "Relasjon - og samspillskompetanse hos trenere i barneidretten"](#)

4.1. Resultater og læringspunkter

4.1.1. Hovedfunnene i «Rapport om Voksenrollen i Oppdalsfotballen».

Rapporten er basert på spørreskjema som ble besvart av deltakerne før og etter intervensjonen. Det er viktig å ta i betraktning at utvalget er lite og at utslagene kan derfor ikke tillegges alt for stor vekt.

- Trenerne bruker mer humor under treningene enn før intervensjonen.
- Trenerne rapporterer at de forbereder seg mer til treningsøktene og at det er mer motiverende og inspirerende både å planlegge og gjennomføre treningene etter intervensjonen.

- Trenerne rapporterer også at samholdet mellom trenerne er bedre enn før intervensjonen.
- Trenerne har mer fokus på å bygge gode relasjoner med utøverne, dette for eksempel ved å ha fokus på å «se alle» (å snakke med dem, hilse dem velkommen på trening, nonverbalt med en «high five» eller et blunk osv.).
- Trenerne har blitt mer oppmerksom på rollemodell prinsippet og oppmerksomhetsprinsippet. De er blitt mer oppmerksom på sin adferd og kommunikasjon, samt er mer opptatt av å gi positiv oppmerksomhet til utøverne. Trenerne har blitt mer oppmerksomme på å gi utøverne positive tilbakemeldinger og spesifikk ros. Det er flere utøvere som gir hverandre positive tilbakemeldinger enn før intervensjonen.
- Trenerne opplever at det er færre hendelser der utøverne har negativ språkbruk.

4.1.2. Hovedfunnene i masteroppgave i folkehelse

Masteroppgaven med tittelen «Relasjon og samspillskompetanse hos trenere i barneidretten», er en kvalitativ studie som har hentet datamaterialet fra 2 fokusgruppe intervju med 11 informanter for utøvere i aldersgruppen 8 – 10 år.

Resultatene fra studiet er oppsummert her:

Hovedtema	Undertema
Erfaringer som har påvirket selve trenerteamet	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bedre samhold og lagfølelse hos informantene 2. Intervensjon påvirket planlegging og målsetting for treningene 3. Humor gir trivsel og motivasjon
Erfaringer med bruk av verktøy fra "trenerpyramiden".	<ol style="list-style-type: none"> 1. Relasjonsbygging- en grunnstein i samhandling med barn 2. Treneren som rollemodell 3. Positiv oppmerksomhet og kommunikasjon 4. Coaching øker mestringsfølelsen
Erfaringer med veiledningsmodellen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lærerek veiledningsmodell 2. Video som pedagogisk prinsipp 3. Foreldreinvolvering

Masteroppgavens hovedfunn (Thun, 2023) viser at «positive relasjoner er selve grunnelementene for god samhandling med barn. Gjennom intervensjonen og utprøving av verktøy erfarte informantene at positive relasjoner og økt relasjonskompetanse førte til bedre lagfølelse, samhandling og samhold både hos informantene og barna. Dette ga et nytt fokus ved treninger og kamper, som påvirket både motivasjon, mestring hos både barna og trenerne og selve miljøet i laget. Positive relasjoner ga også bedre forutsetninger for informantene til å gi barna best mulig gode opplevelser og mestring.

Videre viser funn at rollen som trener ble mer fremtredende gjennom intervensjonen. Informantene opplevde at deres adferd og holdninger speilet seg i barna og de var overasket over hvor stor påvirkningskraft de har som trenere. Fokus på positive handlinger og adferd ga barna mestringsfølelse, men også en positiv stemning i laget. Kommunikasjon og spesifikk ros var verktøy informantene fremhevet som viktig for å øke barnas mestringsfølelse. Informanter som benyttet mye spesifikk ros erfarte at barna også tok i bruk ros selv. Disse erfaringene ga en økt bevissthet rundt trenerrollen.

Et annet funn var at flere informanter opplevde trenerveilederkurset nyttig med mange verktøy som var lett å ta i bruk. Informantene erfarte at intervensjonen med fokus på aktiv deltakelse i form av refleksjon, diskusjon, praksisnære øvelser, samt video som pedagogisk virkemiddel var en suksessfaktor.

Gjennom de tre områdene utspiller det seg en trenerrolle, som er trygg, tydelig og bygger positive relasjoner med barn, altså en autoritativ voksenrolle (Baumrind, 1971). Dette gir trenerne et bedre utgangspunkt for å veilede barn og sette tydelige grenser samtidig som det er trygt og forutsigbart. At barn opplever å bli sett, hørt og forstått vil ha innvirkning på deres trivsel og deres muligheter til å ha innflytelse og medvirke. Dette vet vi har en positiv innvirkning på barns psykiske helse og utvikling (Sandseter & Seland, 2015).

Intervensjonen «Voksenrollen i Oppdalsfotballen» kan knyttes til selvbestemmelsesteorien, SDT, (Deci & Ryan, 1985) og synliggjør et autonomistøttende miljø. Dette vil påvirke barnas indre motivasjon positivt, som kan påvirke deres livskvalitet og psykologisk velvære.

Intervensjonen «Voksenrollen i Oppdalsfotballen» kan være et verktøy som kan styrke trenere i trenerrollen. Modellen inneholder kunnskap og verktøy, slik at trenere kan gi barn autonomi støttende miljø, som kan styrke barns psykologiske velvære.»

En annen positiv konsekvens av intervensjonen kan være at trenerne tar med seg kunnskap og verktøy og benytter dem på egne og andres barn på andre arenaer, slik at verktøy for relasjonsbygging og samhandling med barn spres utover hele samfunnet.

Tiltaket kan også bidra til at flere trenere føler seg tryggere i trenerrollen og dermed står lengre som trenere og bidrar til mer kontinuitet på trenersiden. Dette kan føre til en økt rekruttering av trenere, slik at flere kjenner seg tryggere på å ta på seg oppdraget som trener.

5. Tverrfaglig samhandling

Gjennom organisering og utvikling av prosjektet har faggrupper og enheter arbeidet sammen, noe som har ført til relasjonsbygging og økt nettverk på tvers av enheter og sektorer. Det ble under prosjektet opprettet ei ressursgruppe, «OppvekstOppdal», som består av ledere og fagledere for alle som jobber med barn og unge på tvers av enheter. Denne gruppa møtes 4 ganger i året og er tett på prosjektet, men også andre prosjekt, utviklingsarbeid og informasjon rundt oppvekstvilkår for barn og unge i Oppdal. Denne gruppa har blitt en del av ordinær drift.

6. Det systematiske folkehelsearbeidet

Bruk av Trøndelagsmodellen for folkehelsearbeid som verktøy har styrket kommunes systematiske folkehelsearbeid. Kommunen har fulgt alle stegene i modellen og det har sikret et systematisk arbeid som har resultert i et prosjekt som er vellykket og implementert i kommunen.

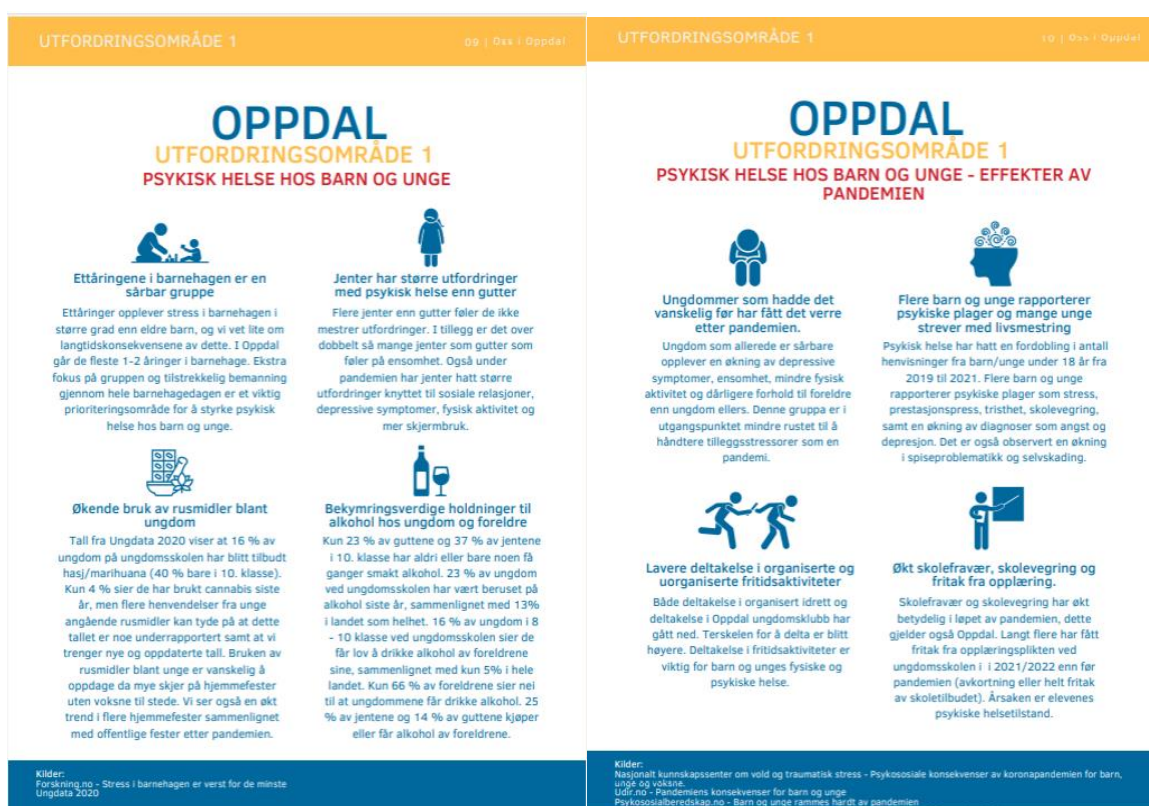
Trøndelagsmodellens første steg handler om kunnskapsgrunnlaget. Kommunen hadde i 2017 et oversiktsdokument over folkehelse, men gjennom idedugnaden som ble gjennomført i tråd med Trøndelagsmodellen, fikk kommunen bl.a. annet avdekt at trenere følte utfordringer med trenerrollen og at det derfor kan være vanskelig å rekruttere nye trenere og utfordrende å være i rollen. Trenere i ulike fritidsaktiviteter formidlet at de ønsket mer kunnskap om hvordan de bygger gode relasjoner og samspiller med barn. De fleste trenere er vanlige foreldre uten spesielle pedagogisk eller psykologisk kunnskap, som skal lede store barnegrupper med barn som har ulike utfordringer både sosialt og psykisk. Trenerne etterlyste både kompetanse og verktøy for å håndtere ledelse av barnegrupper. På denne måten fikk vi frem kunnskap som

ikke kan måles i tall og et utfordringsområde kommunen ikke hadde søkelys på i oversiktsdokumentet.

Trøndelagsmodellen med steg som omhandler medvirkning og involvering har også åpnet opp for mer samarbeid på tvers av sektorer. Kommunen samarbeider nå mer med frivillig sektor og har tett kontakt med bl.a. idrettslaget.

Trøndelagsmodellens fokus på evaluering har ført til en ekstra oppmerksomhet og løftet dette tema i andre enheter i kommunen også. Evalueringen av prosjektet med resultatene blir benyttet for å få implementert tiltaket inn i vanlig drift og tiltaket blir spilt inn i kommunens økonomiplan, Denne prosessen styrker det systematiske arbeidet.

Tiltaket treffer godt kommunens to av tre utfordringsområder. Oversiktsdokumentet over folkehelsen ble sist revidert i 2022 og peker på tre hovedutfordringer, der det ene utfordringsområdet er barn og unges psykiske helse og det andre er utenforskap.





Figur nr. 6 viser kommunens utfordringsområde nr. 2. Utenforskap.

Gjennom systematisk arbeid og implementering av de to delprosjektene vil det å styrke voksens relasjon - og samspillskompetanse med barn være med å påvirke sosial ulikhet i psykisk helse. Tiltaket vil indirekte nå mange barn i fotballen, som er en av de største organiserte idrettene i Oppdal. Det er også en av idrettene som krever lite investering av utstyr, som senker terskelen for deltakelse i forhold til sosioøkonomisk bakgrunn. Derfor vil tiltaket treffe barn med ulik sosioøkonomisk og sosial bakgrunn.

7. Deling av erfaring

Prosjektet er ved en rekke anledninger presentert for kommunen (flere enheter) og for andre kommuner, primært i Trøndelag. Videre avventer vi svar søknad om midler til et forskningsprosjekt som ledes av USN og NTNU som skal belyse nettopp hvordan kommunen har løst dette med tanke på organisering og prosess. Dersom vi får positivt svar på søknaden og prosjektet realiseres, vil resultatet av forskningen bli tilgjengeliggjort for andre kommuner og eksterne ressurser.

Som vist i avsnittet ovenfor er det ikke forsket på utviklingen av opplegget og hvordan prosjektet er organisert. Erfaringer og resultater tilknyttet dette er derfor basert på egne refleksjoner. Vår oppfatning er at følgende kan være av interesse for andre kommuner å se til:

- Kartlegg og bruk intern kompetanse – kanskje kan en samarbeide på nye måter, på tvers av fagområdene i organisasjonen.
- Samtidig; benytt FoU-miljøer ved behov – gjerne som kvalitetssikring og sparringspartner i utviklingsarbeidet.

- Legg tiltakene på et nivå som er realistisk med tanke på ressursbruk og kompetanse. Mange kommuner har begrenset med ressurser økonomisk og administrativt. Derfor er det viktig å ta en grundig runde internt for å avklare forventninger rundt ambisjonsnivå og ressursbehov.

Når det gjelder deling av erfaring i egen kommune har begge delprosjektene blitt tatt opp som tema 4 ganger pr år fra prosjektstart i forumet OppvekstOppdal, (som består av ledere, styrere, fagledere, administrasjon ved skoler, barnehager, kulturskole, ungdomsklubb, helsesykepleiere, PPT, barnevern, psykisk helse og rus, med. rehab, mfl.). På denne måten blir erfaringer delt og prosjektet implementert inn i organisasjonen. Arbeidsverktøyet «Trøndelagsmodellen for folkehelsearbeid» er også delt i dette forumet.

Arbeidsverktøyet «Trøndelagsmodellen for folkehelsearbeid», viser steg som må gjennomføres for å oppnå et systematisk og kvalitetssikret folkehelsearbeid. Spesielt dette steget om involvering og medvirkning har vært viktig. Det var i denne prosessen ideen til et tiltak i fritidssektoren kom, basert på et behov fra trenere i ulike organisasjoner som arbeider med barn. Slik fikk vi avdekt et behov som kanskje ikke hadde blitt avdekt med en prosess uten involvering av frivillig sektor. Dette var et viktig steg for å kunne samarbeide tettere med idretten som organisasjon.

Evaluering har også vært viktig for å synliggjøre viktigheten av å gjennomføre tiltaket videre i fotballgruppa. Gjennom evaluering av tiltaket både gjennom en rapport og masteroppgave ser vi at tiltaket blir styrket og at det enklere blir implementert på bakgrunn av gode resultat.

8. Delprosjekt 2 «Foreldremøteplan med dialogduk»

DIALOG- DUKEN



9. Rapportering

9.1. Beskrivelse av tiltaket

Gjennom prosjektet «Foreldremøteplan med dialogduk», har målgruppen vært foreldre og arenaen foreldremøter i barnehage og skole (blir litt feil: er det utviklet en modell for foreldremøter fra 0 – 16 år, som har en rød tråd med). Hensikten med tiltaket er å skape gode dialoger mellom foreldre på foreldremøtet. Gjennom bruk av dialogduken som verktøy legges grunnlaget for dialog som kan styrke og trygge deres foreldrerolle og skape utviklingsstøttende oppvekstmiljø for barn. Modellen og dialogduken er bygd på elementer fra DUÅ (De utrolige årene), en anerkjent tilnærming som bygger positivt samspill og gode relasjoner mellom voksne og barn. En innføring i DUÅ modellen og bruk av dialogduken er gitt til lærerne/barnehagepersonalet som skal lede foreldremøtet. Opplæring er gitt av veileder i DUÅ og programmet er brukt i kommunen over flere år med gode erfaringer. De ansatte skal deretter benytte disse elementene i foreldremøter, men også i sin egen hverdag i samspill og relasjon med barn.

Modellen er prøvd ut som en pilot i 2 klasse ved Aune barneskole i løpet av 2019, før den gradvis er implementert i barnehager og grunnskolen. Modellen videreføres nå til ungdomstrinnet og ny tilpasset dialogduk utvikles av arbeidsgruppa.

Tiltaket er utviklet av ei flerfaglig arbeidsgruppe (rådgiver PPT, helsesykepleier, inspektør barneskole, ansatte fra barnehage og skole, leder innvandrer-tjenesten). Samme fagperson i PPT har deltatt i oppbygging av trenerpyramiden. Både pyramiden for ansatte i barnehage/skole i «Foreldremøteplan» og trenere i «Voksenrollen i Oppdalsfotballen», er bygd opp med inspirasjon fra DUÅ og følger samme oppbygging.

«Foreldremøteplan med dialogduk» er en pakke som kan brukes på foreldremøter for å kunne arbeide i dialog om tema som styrker foreldrerollen. Tilnærmingen er inspirert fra DUÅ, med hovedvekt på relasjonen mellom barn og voksne, og barn imellom. Med bakgrunn i tilnærmingen er det utviklet en «dialogduk», som er utgangspunktet for samtale mellom foreldrene på foreldremøtet. Vi vet at trygge voksne og gode relasjoner utvikler sosiale, emosjonelle og faglige ferdigheter hos barna.

Barneskolene og barnehagene i Oppdal har brukt boka «Utrolige lærere» av Carolyn Webster Stratton som hjelpemiddel i arbeidet med gruppe- og klasseledelse. Bokas mål er å gi ansatte støtte når de skal utvikle sosiale, emosjonelle og faglige ferdigheter hos barna/elevne. Den blir brukt som lærebok i opplæringsprogrammet *De utrolige årene (DUÅ) – skole- og barnehageprogrammet*, men er også anbefalt som en ressursbok for alle lærere og barnehagelærere.

Pyramiden er en modell som sammenfatter tankegangen og virkemidlene i boka. Viktige elementer i modellen er betydningen for:

- Gode relasjoner mellom voksen og barn og barna imellom
- Bruk av positiv tilbakemelding og ros for å utvikle sosiale og faglige ferdigheter
- Etablering av rutiner og forutsigbar struktur i læringsrommet
- Samt håndtering av negativ oppførsel på en måte som er respektfull overfor barna og gir grunnlag for læring.

Pyramideformen med det relasjonsbyggende arbeidet nederst i grunnmuren, viser at dette regnes som viktigst og skal brukes mest tid på. Godt arbeid med virkemidlene nederst i pyramiden er en forutsetning for at verktøyene lenger opp, for eksempel de som handler om håndtering av negativ oppførsel, skal fungere.

Foreldremøtene i skolen er en arena for informasjon fra skolen, samt spørsmål og tilbakemelding fra foreldrene rundt undervisning, organisering mm. Samtidig er det også en arena for dialog mellom skolen og foreldrene om opplæringen og danningen av barna. Det gir også mulighet til at foreldrene kan dele erfaringer og lære av hverandre. Opplæringen skal, slik opplæringsloven sier, skje i samarbeid og forståelse med hjemmet. En felles forståelse av hvordan en bidrar til å utvikle de sosiale og faglige ferdighetene vil være en stor fordel for elevene.

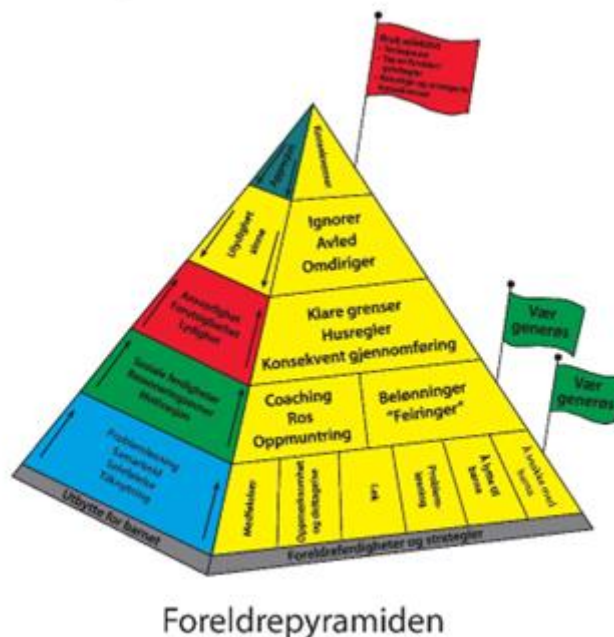
I foreldremøtene kan det likevel være en utfordring å få til reell dialog mellom skolen og foreldrene rundt disse temaene. Skolen vil ha et ønske om å sette viktige tema på dagsorden og formidle sin fagkunnskap og sine synspunkter, samtidig som formaninger og råd til foreldrene antakelig ikke gir den ønskede effekten. For foreldrene kan det være vanskelig å ta

ordet i en større forsamling, eller få fram sine synspunkter i en ustrukturert diskusjon. Med dette som bakgrunn ble Dialogduken utviklet.

Dialogduken med utgangspunkt i pyramiden er et hjelpemiddel for både skole og foreldre. Her kan skolen få presentere prinsipper, teori og gode eksempler, samtidig som foreldrene får diskutere dette ut fra egne erfaringer og komme med egne løsninger på hvordan de skal bruke det i sin hverdag.

Presentasjon av pyramiden:

- foreldrepyramiden gir en oversikt over innholdet og læringsmetodene i modellen. De viktigste elementene, som skal brukes raust, er nederst i pyramiden. Disse er en forutsetning for at elementer høyere oppe i pyramiden skal fungere.
- Fundamentet i pyramiden er handlinger og aktiviteter som bidrar til positive relasjoner og god samhandling med barna – f.eks. lek, samtale, oppmerksomhet og involvering av barna.
- På nivå to i pyramiden støttes utvikling av motivasjon, sosiale- språk- og begrepsferdigheter gjennom bruk av positive strategier som ros, oppmuntring, støttende veiledning og belønning.
- Nivå tre handler om struktur i læringsrommene gjennom rutiner, regler og klare grenser.
- De øverste nivåene handler om tilnærminger for å håndtere og redusere forstyrrende eller negativ oppførsel og hjelpe eleven til å komme på riktig spor igjen.
- To prinsipper som er viktige på alle nivåer i pyramiden:
 1. Oppmerksomhetsprinsippet: Oppførsel som får oppmerksomhet gjentar seg oftere.
 2. Rollemodellprinsippet: Barna tar etter det vi voksne gjør, ikke (bare) det vi sier.



Figur nr. 7 viser foreldrepyramiden som er grunnlaget for oppbygging av «dialogduken» benyttes på foreldremøter. (Thun m.fl., 2019)

Mål for foreldre/lærere:

- Øke positive relasjoner og bånd til barna.
- Bruke positive strategier i kommunikasjon og samhandling med barna, positiv oppmerksomhet, ros og oppmuntring.
- Skape forutsigbarhet gjennom å sette grenser for barna på en positiv måte.
- Unngå harde virkemidler (som kjeft og straff) mot negativ oppførsel, og bruke positive strategier som å avlede, overse og bruke logiske konsekvenser.

Mål for barna:

- Fremme barns selvbilde og skape grunnlag for god psykisk helse gjennom å fremme barnas sosiale ferdigheter, håndtere problemer og egne følelser, øke empati.
- Redusere negativ adferd som aggresjon, ulydighet, mobbing, avvisning, stjeling og lyving.

Tiltaket er nå i en implementeringsfase, men det skal utvikles digitale verktøy som video, PowerPoint og illustrasjoner, slik at man sikrer overføring til ordinær drift av tiltaket.

Under tema som tverrfaglig samhandling og det systematiske folkehelsearbeidet vil svarene på spørsmålene bli besvart under delprosjekt 1, «Voksenrollen i Oppdalsfotballen»

Gjennom systematisk arbeid og implementering av de to delprosjektene vil det å styrke voksens relasjon - og samspillskompetanse med barn være med å påvirke sosial ulikhet i psykisk helse. Tiltaket vil indirekte nå mange barn i fotballen og alle barn i barnehage og skole og er på denne måten et universelt tiltak som når veldig mange barn uansett sosioøkonomiske forhold.

10. Erfaringer fra arbeidet med tiltak

Prosjektet er godt forankret både politisk og i administrasjonen i kommunen, samt ledelsen på de kommunale skolene og barnehagene. Prosjektgruppa har gjennomført et grundig arbeid og hatt faste og jevnlig møter gjennom hele prosjektperioden også under koronapandemien. Prosjektgruppa har vært sammensatt av ansatte i skole og helse. Vi ser at medvirkning og involvering kunne ha vært bredere i prosjektet av både barn og unge, samt foreldregruppa. Dette tar vi med oss det i videre implementering av tiltaket og når vi utvikler det videre i ungdomsskolen.

11. Evaluering

Dette delprosjektet har ikke gjennomført samme evaluering som «Voksenrollen i Oppdalsfotballen», men det er gjennomført små kvalitative evaluering underveis.

Dette delprosjektet er en del av Fjellbøgda sammen og er med å vise bredden i prosjektet, samt både sammenheng mellom delprosjektene og overføringsverdien det har. Oppbyggingen av dette prosjektet er gjenkjennbart med «Voksenrollen i Oppdalsfotballen» og trenere og ansatte i barnehager og skoler vil oppleve og erfare at det benyttes like verktøy for samspill og relasjonsbygging med barn. Barn som både deltar i barnefotball og som er elev i skolen vil på denne måten møte den samme autoritative voksenrollen, som ser, hører og forstår barn på en

trygg, tydelig og omsorgsfull måte. På denne måten kan de to delprosjektene forsterke hverandre.

Ut ifra prosjektplanens resultatmål og effektmål er mange av målene nådd. Det er gjennom prosjektperioden utviklet en modell for foreldremøter med bruk av "dialogduken". Alle ansatte i skoler og barnehager har fått boka "de utrolige lærerne" og har hatt opplæring om verktøy knyttet til relasjon og samspill. De aller fleste skoler og barnehager har prøvd ut "dialogduken" på et foreldremøte. Ansatte som har gjennomført dialogduken på foreldremøter formidler at det er gode diskusjoner og refleksjoner mellom foreldre på møtene.

Det ble i 2019 gjennomført et intervju med 5 lærere fra 3 ulike team for å undersøke hvordan lærerne har tatt i bruk DUÅ metodikken.

Disse spørsmålene ble stilt til alle de fem lærerne:

1. Hvor godt synes du at du kjenner DUÅ-metodikken? 1-5 (1 er lite, 5 er svært godt)
2. Hvor stor grad preger DUÅ-metodikken ditt arbeid i hverdagen? 1-5
3. I hvor stor grad preger DUÅ-metodikken samarbeidet på teamet? 1-5
4. Hvordan påvirker DUÅ-metodikken samarbeidet med foreldrene?
5. I hvor stor grad tenker du DUÅ-metodikken kan på virke hverdagen til en elev med atferds-utfordringer i skolen? (1-5)
6. Bruker du verktøyene fra DUÅ ved uønskede hendelser i skolehverdagen?
7. Hva tenker du om at en lærer som praktiserer DUÅ-metodikken kan være med å påvirke foreldrene med denne metodikken?

Oppsummering av intervjuet:

De fem lærerne har alle lang fartstid i skolen, de uttrykker at de er opptatt av å jobbe med elevmiljø og enkeltelever, og de signaliserer at de har fått god kjennskap til DUÅ-metodikken. De er alle begeistret over hva dette kan bringe med seg, og de har alle erfaringer med at det fungerer i praksis, spesielt for enkeltelever. Lærerne signaliserer at det har gjort noe positivt dem imellom når det gjelder tilnærmingen til adferds-utfordringer, og synet på enkeltelevers mulighet til å fungere bedre på skolen. På den måten virker piloten vellykket.

Når det gjelder effekten på foreldrene er de alle litt mer tvilende. Lærerne nevner foreldremøtene og ukeplanene, men snakker ikke uoppfordret om utviklingssamtaler og smitteeffekt på foreldregruppa. På spørsmål svarer de at de har tro på at dette kan virke positivt, men de har ikke bevisst praktisert veiledning av foreldrene.

Etter denne evalueringen ble ideen med en «dialogduk» til bruk på foreldremøter utviklet. Arbeidsgruppa erfarer at foreldre kommer i gode dialoger med hverandre under disse møtene og ønsker å videreutvikle dette konseptet videre til ungdomsskolen.

12. Deling av erfaring

Det ikke forsket på effekten eller utviklingen av dette prosjektet. Erfaringer og resultater tilknyttet dette er derfor basert på egne refleksjoner. Vår oppfatning er at følgende kan være av interesse for andre kommuner:



- Dialogduken er et verktøy for å få til gode dialoger mellom foreldre. Den bidrar til deltakelse og engasjement på foreldremøter, der en samler inn bidrag fra mange foreldre – ikke bare de som ønsker å snakke i plenum
- Bidrar til bevisstgjøring på de felles oppgavene og utfordringene hjemmet og skolen/barnehagen har.
- Kan bidra til å styrke klassemiljøet, foreldre kjenner hverandre bedre og vet hvem som er foreldre til andres barn. Vi vet fra tidligere at støttende nettverk er forebyggende.
- For å benytte «dialogduken» må ansatte som leder foreldremøte ha informasjon og kunnskap om pyramiden og elementene i DUÅ som benyttes.
- Dialogduken benyttes i utvalgte foreldremøter ut ifra behov, tema/spørsmål kan tilpasses ut fra behov.
- Ideer som kommer fram i form av gul-lapper som deltakerne klistrer på duken kan brukes i andre sammenhenger. Ingen vet hvem som er avsender av lappen, det blir derfor veldig ufarlig å komme med egen mening.
- Viser hvordan det kan være en rød tråd i opplæring/oppdragelse av barn og ungdom, fra barnehage til ungdomsskole – den samme modellen og hovedprinsippene brukes, men tilpasset alderen på målgruppa.
- Ut fra svarene fra lærerne om effekten på foreldrene ut over prosessen rundt foreldremøtene, kan antakelig ambisjonsnivået for tiltakets effekt vurderes.

Litteraturliste:

Bania, E. V., & Thun, V. L. (2020). Fjellbögda sammen-Voksenrollen i Oppdalsfotballen. NTNU.

Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental psychology*, 4(1p2), 1

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of research in personality*, 19(2), 109-134.

Sandseter, E. B. H., & Seland, M. (2015). Barns trivsel i Oslobarnehagen 2015. In: Trondheim: Dronning Mauds Minne Högskole for barnehagelärerutdanning.

Thun, V.L. (2023). Relasjon - og samspillskompetanse hos trenere i barneidretten. NTNU.

Webster-Stratton, C. (2000). The incredible years training series. US Department of Justice, Office of Justice Programs, Office of Juvenile