

Innhold

Forord	5
Kapittel 1	
Introduksjon	11
Bokas formål og fokus	11
Framgangsmåte for å skaffe innsikt i elevenes livsverden	12
Problemstilling og intervju	12
Etiske hensyn	13
Bakgrunnen til de elevene som bidro med sine livshistorier	13
Bearbeiding og analyser av elevenes livshistorier	14
Hvordan begrepet selvoppfatning forklares og dannes	15
Livsmestring	16
Sosial selvoppfatning relatert til livsmestring	18
Psykososialt læringsmiljø og elevers sosiale kompetanse	19
Det psykososiale miljøets betydning for sosial selvoppfatning og livsmestring	20
Bokas oppbygning	21
Spørsmål til refleksjon	21
Kapittel 2	
Sosial selvoppfatning	22
Ulike teoretiske retninger knyttet til selvoppfatning	22
Ulike forståelser av og aspekter ved sosial selvoppfatning	25
Inngang til å forstå elevers sosiale selvoppfatning	26
Sentrale indikatorer for sosial selvoppfatning	28
Personlig verdi	29
Sosial sammenligning	29
Andres vurderinger	30
Personlige mål	30

Beskyttelsesstrategier	31
Sosial selvpoppfatning inkludert i skolens arbeid med livsmestring	31
Spørsmål til refleksjon	32

Kapittel 3

Personlig verdi	33
Personlig verdi og betydning for sosial selvpoppfatning	33
Elevfortellinger om personlig verdi	35
Vennerelasjoner	35
Mestring av fysiske ferdigheter	35
Venner betyr mer enn skolefaglige prestasjoner	37
Tilrettelegging for arbeid med personlig verdi og livsmestring	38
Bygging av positive vennerelasjoner	39
Utvikling av fysiske ferdigheter	41
Utvikling av motivasjon for skolefaglig innsats	43
Personlig verdi inkludert i arbeidet med livsmestring	44
Spørsmål til refleksjon	45

Kapittel 4

Sosial sammenligning	46
Sosial sammenligning og betydning for sosial selvpoppfatning	46
Elevfortellinger om sosial sammenligning	47
Annerledeshet	47
Utseende	48
Materielle verdier	50
Tilrettelegging for arbeid med sosial sammenligning og livsmestring	50
Verdsetting av annetledeshet	51
Verdsetting av andre verdier enn utseende	53
Endring av holdninger til materielle verdier	55
Sosial sammenligning inkludert i arbeidet med livsmestring	56
Spørsmål til refleksjon	57

Kapittel 5

Andres vurderinger	58
Andres vurderinger og betydning for sosial selvpoppfatning	58
Elevfortellinger om andres vurderinger	60
Positive vurderinger	60
Skjulte vurderinger	61
Synlige vurderinger	62

Lærervurderinger	63
Tilrettelegging for arbeid med andres vurderinger og livsmestring	65
Vektlegging av positive vurderinger	66
Å lære å tolke skjulte vurderinger	67
Å lære å møte synlige vurderinger	68
Konstruktive og positive lærervurderinger	70
Andres vurderinger inkludert i arbeidet med livsmestring	71
Spørsmål til refleksjon	71

Kapittel 6

Personlige mål	72
Personlige mål og betydning for sosial selvoppfatning	72
Hvem ønsker jeg å være, og hvem er jeg egentlig?	73
Hva forventer eleven av seg selv?	74
Elevfortellinger om personlige mål	75
Sosial anerkjennelse	75
Sosial status	76
Mestringsforventninger	77
Tilrettelegging for arbeid med personlige mål og livsmestring	78
Å verdsette hverandre gjennom sosial anerkjennelse	79
Utvikling av positive sosiale roller og status	80
Realistiske mestringsforventninger	81
Personlige mål inkludert i arbeid med livsmestring	82
Spørsmål til refleksjon	82

Kapittel 7

Beskyttelsesstrategier	83
Beskyttelsesstrategier og deres betydning for sosial selvoppfatning	83
Elevfortellinger om beskyttelsesstrategier	85
Verbale tilbakemeldinger	85
Neglisjering og flukt	86
Fysiske motangrep	88
Selvregulering	89
Tilrettelegging for arbeid med motstandsdyktige beskyttelsesstrategier ...	90
Å støtte utvikling av motstandsdyktige beskyttelsesstrategier	91
Å lære å gi hensiktsmessige verbale tilbakemeldinger	92
Å utvikle hensiktsmessige strategier for neglisjering og flukt	93
Å tilrettelegge for å hindre fysiske motangrep	94
Å utvikle evne til selvregulering	95

Motstandsdyktige beskyttelsesstrategier inkludert i arbeidet med livsmestring	96
Spørsmål til refleksjon	96

Kapittel 8

Systemisk arbeid med sosial selvoppfatning og livsmestring i skolen	97
Et elevperspektiv på sosial selvoppfatning og livsmestring	97
Tilrettelegging for livsmestring basert på kunnskaper om sosial selvoppfatning	98
Systemisk arbeid med å bygge positive relasjoner i det psykososiale miljøet	99
Systematisering av skolens arbeid med sosial selvoppfatning og livsmestring	101
Kartlegging av psykososiale miljøbetingelser for utvikling av positiv sosial selvoppfatning	103
Tiltak knyttet til sosial selvoppfatning og livsmestring	105
Vurdering av om tiltakene knyttet til sosial selvoppfatning og livsmestring virker	106
Inkludering av livsmestring i arbeidet med det psykososiale miljøet	107
Avsluttende refleksjoner	107
Spørsmål til refleksjon	108
Litteratur	109