

# Undervisnings Jiu Jitsu

Undervisnings Jiu Jitsu (UJJ) handler om klasseledelse med meget stor fokus på at levere praktiske redskaber til underviseren/pædagogen. Det er praktiske redskaber til organisering af din undervisning blandt "dine børn." Redskaber til at få kontrol med energien blandt disse børn og ikke mindst styre denne uden at "skælde" ud.



Af John-Erik Bang.

Udover at det er klasseledelse, er der to grundlæggende vigtige ting i UJJ

1. Hovedfundamentet i Undervisnings Jiu Jitsu er, at al god undervisning og læring bygger på: Tillid, Tryghed, Motivation og Glæde. Når disse ting er til stede for eleven, er de optimale rammer til stede for din undervisning.
2. Undervisnings Jiu Jitsu forbeholder sig retten til ikke at være dogmatisk. Altså, det er ikke den eneste sandhed i universet. Det bety-

## John-Erik Bang

er tidligere lærer, højskoleforstander og skoleleder, nuværende coach og undervisningskonsulent og leder af firmaet Bang Akademi. Har mere end 25 års erfaring i undervisning og underviser i dag undervisere fra indskoling til gymnasieniveau i undervisning.

der ganske enkelt, at vi ikke mener, at UJJ er det eneste pædagogiske redskab, der virker, samt at der selvfølgelig findes mange andre undervisningsteknikker.

### Så hvad er det?

Det er en samling praktiske undervisningsteknikker til dig, der underviser. Men det er også principperne for, hvorfor det virker og forskning om, hvorfor det virker! Og så er det rigtig mange forskellige praktiske og nemt håndterbare undervisningsredskaber.

### Fælles tilgang

Som underviser/pædagog er man rustet med en stor faglig viden, erfaring og en personlig tilgang til det at undervise eller begå sig blandt børn og unge. Man udvikler egne teknikker og metodikker på baggrund af egne erfaringer om, hvad der virker.

UJJ går skridtet videre og baserer praksis på en fælles erfaringsbank af viden om, hvad der virker og ikke virker og ikke mindst fælles begreber for undervisningsteknikker.

Det giver en ganske god forståelse for, hvorfor redskaberne virker – altså princippet for hvorfor en undervisningsteknik virker.

Det gør også underviser/pædagoger i stand til at bruge redskaberne lige præcis i forhold til de elever, man står overfor – indskoling, mellemtrin eller udskoling.

Og ikke mindst så får man som professionel et fællessprog for de forskellige undervisningsteknikker, som man bruger.

### UJJ i indskolingen

UJJ indeholder mange forskellige redskaber, der alle er let brugbare, konkrete, stærke og ikke mindst efterprøvede.

Både til praktisk inklusion, til at styre og kontrollere energien blandt eleverne og en række redskaber til konflikt-håndtering.

Udgangspunktet er, at underviseren/pædagogen er den centrale person, den der skaber den gode energi og et godt socialt læringsmiljø i klassen. Og derfor skal underviseren/pædagogen være suppleret med så mange redskaber som muligt.

### Hvordan?

UJJ er en mængde modeller der virker, og som kan bruges individuelt eller i sammenhæng. De er bygget op, så de passer til din dagligdag, og ikke mindst er de underbygget af forskning.

I denne artikel vil jeg gerne præsentere to væsentlige redskaber.

### Inklusion:

I UJJ siger vi, at al inklusion starter med relation. Alt andet er meget svært for ikke at sige umuligt.

Men hvordan laver du relationer til 30 børn på en gang? Det kan man ikke på en gang, så vi har vendt det lidt om og udviklet et redskab, så du giver lidt af dig selv, og børnene får en relation til dig.

### Signaturhistorien©

Redskabet hedder Signaturhistorien©. Helt grundlæggende fortæller du

en historie om dig selv i en given situation. Der må gerne være lidt drama og gang i historien, og du må gerne overdrive denne lidt på den gode måde. Jo bedre og mere trænet du bliver til dette, jo mere kan du tilpasse historien til det emne, du skal arbejde med i klassen.

Vi har deltagere fra vores kurser, der melder tilbage, at de har udviklet Signaturhistorier til forskellige fag og bruger disse som indgang til forskellige fag, emner m.m. Det virker og giver en utrolig effekt.

Signaturhistorien giver dig og dine elever et fælles tredje på en ubevidst måde, samt de får en relation til dig. Praktisk er det anbefalelsesværdigt, at hver gang der kommer en ny elev i klassen så fortæl en ny historie.

Hjerneforskning viser, at når du fortæller andre historier, så "lyser empathicentret op", og den, der modtager din historie, relaterer til dig og sætter det ind i sin egen kontekst, og man har "pludselig" noget fælles.

I Bang Akademi laver vi også camps af forskellige længder for unge mennesker, og en af de vigtigste ting på disse camps er, når deltagerne sidder i mindre grupper og i et trykt forum får lov til at fortælle om sig selv. Her får alle på en rigtig fin måde en relation til de andre.

Det virker. Prøv det – fortæl en rigtig god historie om dig selv, inden du går i gang med din undervisning, og se hvad der sker...

### SMS© dine elever

En anden grundlæggende og vigtig model i al undervisning er SMS modellen. SMS modellen er udviklet i forhold til den måde hjernen modtager læring.

SMS står for:

S - Start

M - Midte

S - Slutning

#### Start:

Brug gerne 10% af din tid til at starte undervisningen op. Skab tillid, tryghed og glæde førend du går i gang.

Hjerneforskning underbygger dette. Det er yderst vigtigt for hjernen ikke "bare" at gå i gang. Hjernen arbejder bedst, hvis den får mulighed for at udskille dopamin og serotonin.

Serotonin smører den enkelte hjernecelles ender og forstærker cellens evne til at kommunikere med de andre hjerneceller. Dopamin er hjernens belønningsstof og yderst vigtigt i forhold til læring.

#### Hvordan?:

- Fortæl en Signaturhistorie – en af teknikkerne fra Undervisnings Jiu Jitsu
- Start evt. din lektion op med at fortælle historier – varm hjernen op
- Skab og udbyg relationer
- Fortæl gerne metaforer i forhold til det I skal arbejde med
- Få eleverne ind i kampen ved at stille involverende spørgsmål
- Skab energi, glæde og mening (redskaberne i UJJ er netop designet til dette)
- LOOP til meningen med emnet.

#### Midte

Her arbejdes der igennem. Brug ca. 80% af tiden her. Vær meget opmærksom på energien i klassen. Hvis der bliver for meget uro, brug da elementer fra BEEM modellen. BEEM modellen giver dig mulighed for, at have 100% kontrol med energitilstanden i din klasse.

Når eleverne arbejder giv dem plads til:

- Fordybelse
- LOOP frem og tilbage

- Brug BEEM (redskab fra UJJ) når der er uro
- Hvis du skifter emne, så sørg for at eleverne skifter tilstand
- Lav varieret undervisning – sørg for at de arbejder alene, parvis i grupper osv.
- Husk at proagere frem for at reagere.

#### Slutning

Her begynder du at runde emnet eller lektionen af og sørger for at få samlet op på det, I arbejdede med.

Lav et læringstjek – lærte de det, de skulle?

#### LOOP frem og tilbage

Evaluer sammen med dine elever – både din men også deres indsats.

SMS modellen virker simpel, men igen og igen når jeg er ude og lave supervision med undervisere på alle niveauer, sker følgende:

Man kommer ind i klassen, "kræver ro" og så går man i gang med faget. Rigtig mange elever når ganske enkelt ikke at "blive klar", og i løbet af kort tid vil disse skabe uro i undervisningen.

Mange undervisere "går bare i gang med det samme" i stedet for kort at sætte rammen, varme elevernes hjerner op og derefter starte undervisningen. Ofte er det først, når vi ser situationen med den enkelte underviser på video, at denne forstår, at han/hun bare går i gang.

Ved brug af redskaberne i Undervisnings Jiu Jitsu får du mulighed for at optimere din undervisning, du og dine kollegaer får et fælles sprog for dine undervisningsteknikker. Ligesom når tømmeren siger, jeg brugte en hammer, kan du sige, jeg brugte signaturhistorien osv. Som kollega kan du helt konkret sige brug det redskab i stedet for, osv. Du kan på forældremøder redegøre for de teknikker, du bruger og endda skabe lidt gang i for-

ældremødet ved at bruge teknikkerne. ■

