

The CARE Method

Et professionelt udviklingsforløb for lærere og pædagogisk personale

EVIDENSINFORMERET · ARLENA COLLECTIVE

Mellem 40 og 60 procent af børn ankommer til klassen med nervesystemer der allerede er formet af belastende oplevelser. Lærere forventes at håndtere stadig mere dysregulerede klasser uden træning i deres egen regulering. En dysreguleret lærer kan ikke co-regulere en dysreguleret elev. CARE Method træner den ene variabel, som de fleste andre programmer overser: den voksne i rummet.

METODEN

Fire søjler. *En sammenhængende cyklus.*

C

Co-regulering

Måden du træder ind i rummet på, betyder mere end det, du siger.

A

Opmærksomhed

Du kan ikke regulere det, du ikke kan mærke: i dig selv eller hos dine elever.

R

Regulering

Kropsbaserede redskaber der virker i et fuldt klasserum, selv på en svær dag.

E

Miljø

Klasserummet der regulerer sig selv: gennem indretning, ikke disciplin.

VORES FORLØB

Start der, hvor du er. *Ga så langt, du har brug for.*

Hvert forløb er en komplet indsats i sig selv og udgangspunktet for det næste niveau. Priser oplyses på forespørgsel.

Forløb	Format	Hvad giver det dig
Introduktionsworkshop	3,5 timer på stedet	Et første, praktisk møde med metoden: øvelser afprøvet, ordforråd opbygget, redskaber klar til brug fra dagen efter.
Hel workshopdag	6 timer på stedet	Otte øvelser, teorien bag dem og en personlig praksisplan for de følgende fire uger.
CARE Pro Certificering	2 dage på stedet + 6 onlinemoduler	Det fulde forløb: komplet øvelsesbibliotek, teoretisk dybde og en mikroakkreditering udstedt af Arlena Collective, i overensstemmelse med den europæiske tilgang til mikroakkrediteringer
Skoleimplementeringsprogram	2 træningsdage + supervision	Et vedvarende, skoledækkende engagement der arbejder med individuel lærerkompetence og institutionel struktur simultant.
Kommuneprogram	Skræddersyet flere skoler	Den skalerede version, bygget på en hub-and-spoke model der opbygger intern kapacitet på tværs af skoler.

EVIDENSGRUNDLAGET

CARE Method bygger på peer-reviewed forskning inden for seks områder: socioemotional læring, co-regulering, interoreceptiv bevidsthed, vagus-fysiologi, negative barndomserfaringer og klassemiljø. Den hidtil mest omfattende SEL-metaanalyse (Cipriano m.fl., Child Development, 2023) analyserede 424 studier med 575.361 elever i 53 lande og identificerede træning af læreres egne socioemotionelle kompetencer som en af blot to faktorer, der forudsiger om et SEL-program virker. Det er designlogikken bag CARE Method.

Book en gratis indledende samtale eller for programgennemgang:

hello@arlenacollective.com