

Trivselsdage

Trivselsindsats

Indsatsen "Trivselsdage" styrker fællesskabet og trivslen på et hold gennem planlagte sociale aktiviteter 3-4 gange årligt. Arrangementerne, som både ligger i skoletiden og som puljetimer, planlægges i samarbejde med eleverne, der bidrager med idéer. Målet er at skabe traditioner, der kan gentages år efter år og styrke sammenholdet.



Titel: Trivselsdage

Indsatsen "Trivselsdage" har til formål at styrke sammenholdet og fremme trivsel på et hold gennem skemalagte dage med socialt indhold. Derudover skal indsatsen bidrage til, at nye elever på holdet bliver godt inkluderet i fællesskabet.

I løbet af et skoleår planlægges 3-4 arrangementer, som afholdes både i skoletiden og som puljetimer. Eleverne bidrager selv med 2-3 forslag til aktiviteter, der kan styrke trivslen på holdet. Målet er at finde arrangementer, der kan gentages år efter år og udvikle sig til gode traditioner, som viderefører det gode fællesskab til de næste hold – og som eleverne kan glæde sig til at være en del af.

Indsatsen er blevet afprøvet af FGU Holbæks Maritime hold, som i forvejen har mange fælles ture. Eleverne har blandt andet besøgt diverse maritime virksomheder og uddannelser og de sejler ugentligt i joller, hvor samarbejdet er i fokus. De har desuden haft ture med Bonnavista og overnatninger til Fiskeriskolen og sammen med Kystliv. Disse ture bidrager i sig selv til et stærkt fællesskab.

Som et ekstra initiativ har holdet indført kærlighedsfredage, for at skabe god stemning efter en periode med dårlig stemning. På kærlighedsfredage sker der ikke andet, end at dagen bliver italesat som en påmindelse om, at man skal behandle hinanden ordentligt og med respekt.

Implementering:

For at implementere indsatsen skal underviserne på et hold planlægge og facilitere 3-4 arrangementer i løbet af et skoleår. Eleverne har medbestemmelse i forhold til, hvilke arrangementer der skal gennemføres. Derfor bliver eleverne bedt om at komme med 2-3 realistiske forslag på arrangementer for holdet. For at indsamle forslag blev der sendt en SMS til eleverne på holdet med tre spørgsmål:

1. Hvad skaber trivsel på holdet?
2. Hvad virker, når det handler om trivsel på holdet?
3. Hvad kunne vi/jeg gøre for at trivsel blev bedre?

Som motivationsfaktor blev der lovet kage, hvis eleverne kom med gode forslag.

Eleverne på Maritim foreslog f.eks.:

- Filmaften
- Fællesspisning med fælles madlavning
- Overnatning på skolen
- LAN-party
- Hygge i de nye lokaler i Nyvang.
- Frokost på skolen og bowling tur i Holbæk
- Handle til hjemmelavet pizza, lave pizza og se en film.

Kærlighedsfredag

Kærlighedsfredage igangsættes af underviseren, som en påmindelse om, at vi skal passe på hinanden og skabe glæde i fællesskabet. Dette gøres ved at italesætte, at det er kærlighedsfredag hver

fredag. Med tiden tager eleverne selv udtrykket til sig og begynder at minde hinanden om det – som en måde at sprede god stemning på.

Erfaringer/effekt:

Maritim har haft mange fælles ture, hvor de blandt andet har lavet mad sammen og haft overnatninger. Disse oplevelser har haft en positiv indvirkning på trivslen. Der er blevet afprøvet forskellige typer arrangementer for at finde frem til, hvad der virker bedst – og hvad der virker mindre godt.

Eleverne giver udtryk for at ture og sociale aktiviteter styrker fællesskabet. Det er især venskaberne og følelsen af at være inkluderet, der fremhæves som vigtige for trivslen. Følgende elevcitater er hentet fra den SMS-baserede indsamling:

"Jeg tror, ture giver trivsel – for eksempel når vi er ude at handle. Men der skal heller ikke være for mange ture, ellers kommer folk ikke."

"Jeg synes, det der skaber trivsel på holdet, er, at vi alle er acceptable over for hinanden, og vi ikke holder nogen udenfor... vi prøver at tage alle med til alt."

"Samarbejde, accept af andre, god humor."

"Det, at der er plads til, at man kan tale om ens følelser. Jeg synes, at der generelt er mere medlidenhed, når vi forstår hinanden."

Holdet har blandt andet afprøvet LAN-party, hvor der blev hygget med pizza og pandekager til kl. 22, og tiden fløj afsted. Eleverne taler stadig om arrangementet og giver udtryk for, at det bør gentages. Det har skabt en positiv fortælling, som også de nye elever ser frem til at blive en del af. Derudover har holdet haft en bowlingaften, hvor de handlede ind, lavede hjemmelavet pizza og sluttede af med pandekager, is og en god film – endnu en hyggelig aften med god stemning.

Kærlighedsfredage er hurtigt blev optaget af eleverne. Det er et udtryk, som efterhånden har levet i flere år på holdet. En elev kan f.eks. finde på at sige "hov hov... ikke så sur, det er jo kærlighedsfredag", og på disse dage uddeles der flere kram blandt eleverne.



Undervisnings- og trivselsforløb

Fagtema/Hold: Maritim	Tema for forløbet: Trivselsdage	 fgu NORDVEST SJÆLLAND VIV ED DU KAN
Fag der undervises med: Værkstedsfag	Varighed af forløbet: Et skoleår	
Mål med forløbet:	Målet er at fastholde den gode trivsel på holdet – og gerne styrke den yderligere. Samtidig er det vigtigt at være gode til at inkludere nye elever i fællesskabet.	
Kort beskrivelse af forløbet:	Forløbet består af 3-4 planlagte sociale arrangementer i løbet af et skoleår. Eleverne inddrages aktivt ved at komme med forslag til aktiviteter, som fremmer fællesskab og trivsel. Underviserne faciliterer forløbet og støtter op om at skabe gode traditioner og en kultur, hvor alle føler sig inkluderet. Eksempler på aktiviteter kan være ture, fællesspisning, LAN-party eller film- og spilaftener. Forløbet suppleres af initiativer som <i>kærlighedsfredage</i> , der styrker den gode stemning på holdet.	
Konkrete læringsmål, og hvordan de præsenteres for eleven:	Et centralt læringsmål i forløbet er at styrke elevernes fællesskabsfølelse og medvirken i sociale traditioner, som kan gentages år efter år. Målet præsenteres for eleverne gennem dialog om, hvad der skaber god trivsel på holdet. Ved at inddrage eleverne i idéudvikling og evaluering af aktiviteter, lærer de at tage medansvar for holdets sociale liv.	
Undervisningsaktiviteter	Eleverne har fået til opgave at komme med 2-3 realistiske forslag til sociale arrangementer, som kan styrke trivslen på holdet. Eksempler på elevforslag: - Fællesspisning, hvor vi laver maden sammen - Filmaften - Overnatning på skolen - LAN-party. Aktiviteterne planlægges og afprøves løbende. Som en del af undervisningen sendes en SMS til eleverne med tre refleksionsspørgsmål: 1. Hvad skaber trivsel på holdet? 2. Hvad virker, når det handler om trivsel på holdet? 3. Hvad kunne vi/jeg gøre for at trivslen blev bedre? Eleverne opfordres til at sende realistiske svar – og som en ekstra motivationsfaktor loves der kage for gode input.	
Materialer	Materialer afhænger aktiviteten.	
Organisering af undervisningen, der tager højde for deltagerforudsætninger	Undervisningen tilrettelægges med fokus på at styrke relationer og trivsel gennem fælles oplevelser, som matcher elevernes behov og forudsætninger. Holdet har tidligere haft stor gavn af ture, madlavning i fællesskab og overnatninger, som hurtigt har skabt tryghed og sam-	

	menhold.
Interne/eksterne samarbejdspartnere?	Samarbejdspartnere afhænger af arrangementet.
Bedømmelseskriterier fra læreplan/fagbilag som indgår i dette forløb:	Ingen.
Hvilken dokumentation skal eleven have i sin portfolio fra forløbet?	Ingen.
IPRAKSIS kode eller Link til forløb i teams	Ingen.
Dato for evaluering og justering:	Der evalueres efter hvert arrangement.