

Elevworkshop om forbedring af studiemiljø



Steno Diabetes Center
Copenhagen



HJERTE
FORENINGEN



**Kræftens
Bekæmpelse**

Indhold

Introduktion	3
Skabelon til elevworkshop	4
Indhold i workshop	6
Intro.....	6
Dagens tema: Pauser og muligheder for mentale breaks og sociale fællesskaber	7
Intro til spilleregler for resten af workshoppen og brug af Post-its	7
Facilitering af kritikfasen	7
Facilitering af fantasifasen.....	8
Facilitering af realiseringsfasen	9
Afrunding.....	9
Efter forbedringer og indkøb	9

Introduktion

Inspiration til at afholde jeres egen elevworkshop om forbedring af studiemiljø

Dette materiale tager afsæt i et format til elevworkshops, der har været anvendt i Projekt Røgfri Erhvervsskoler, som er et projekt gennemført af Steno Diabetes Center Copenhagen, Hjerteforeningen og Kræftens Bekæmpelse i årene 2018-2020. Projekt Røgfri Erhvervsskoler har afholdt elevworkshops med det formål at forbedre studiemiljøet på projektskolerne. Elevworkshopsene har taget udgangspunkt i "fremtidsworkshop" som metode, hvor elever har haft muligheden for først at brainstorme og komme med ideer til studiemiljøet og mulige pauseaktiviteter på skolen og dernæst at konkretisere idéerne og føre dem ud i virkeligheden.

Materialet er tænkt som inspiration til, hvordan skoler selv kan afholde elevworkshops med det formål at forbedre studiemiljøet og inddrage elever i indførelsen af røgfri skoletid.

Materialet indeholder:

- Skabelon til workshop
- Beskrivelse af indhold i workshop

I det følgende fremgår en skabelon for elevworkshoppen, som tager udgangspunkt i den skabelon projektet har brugt. Skabelonen kan følges fuldstændigt eller bruges som inspiration. Efter skabelonen er der en mere detaljeret gennemgang af aktiviteter og faser i elevworkshoppen.

Ressourcer og økonomi

I projekt Røgfri Erhvervsskoler har der været midler til at forbedre studiemiljøet på projektskolerne. Skolerne har været glade for muligheden for at forbedre studiemiljøet i forbindelse med indførelse af røgfri skoletid. Særligt inddragelsen af elever i denne proces har været værdifuld. Det er tilbagemeldingen fra skolerne, at det ikke er afgørende, hvor stort et budget der er til rådighed til studieforbedringerne. Som skole skal man ikke holde sig tilbage med at afholde en elevworkshop med det formål at forbedre studiemiljøet, fordi man ikke har det store rådighedsbeløb. Mindre kan også gøre det, det er muligt at forbedre studiemiljøet uden at bruge en masse penge. Det kan fx være, at det er muligt at rokkere rundt på skolens eksisterende møbler, så der bliver skabt hyggelige kroge, der indbyder til samvær i pauserne. Det kan også være, at skolen har en tømreruddannelse, der kan bygge bordebænke-sæt til udemiljø eller lignende. Inden elevworkshoppen bør skolen gøre det klart, hvad der er af muligheder og ressourcer til at forbedre studiemiljøet. Dette skal fortælles til de elever, der deltager i workshoppen, da det sætter rammen for, hvad der kan lade sig gøre.

Invitation til elever

Inviter gerne skolens elevråd til deltagelse i elevworkshoppen. Det er også muligt at spørge ud på hele skolen, om der er andre elever, der kunne have en interesse i at deltage. Det kan være en god idé både at have rygere og ikke-rygere med. Erfaringen fra projektskolerne er, at ca. 15 elever er en god størrelse i forhold til at skabe en god dialog. Deltagerne kan forud for workshoppen spørge deres klassekammerater om ønsker og gode idéer.

Skabelon til elevworkshop

Længden af workshoppen afhænger af antallet af elever, samt af deres engagement. I nedenstående skabelon er der afsat et bud på tidsforbrug ved hver af workshoppens faser, men længden kan variere. Afsæt gerne 1 ½-2 timer i alt.

Tid	Tema	Indhold
10 min.	Overordnet intro	Præsentation af formålet med workshoppen Fortæl eleverne, at de kan være med til at bestemme, hvilke forbedringer der skal laves i skolens studiemiljø. Præsentationsrunde <i>Navnerunde:</i> navn og klasse. Uddeling af post-its og kuglepenne Lær hinanden at kende: Hvem er vi?
5 min.	Intro til workshopforløb	Fortæl om pauser: mentale breaks og sociale fællesskaber Workshoppens "spilleregler"
Kritikfasen		
5 min.	Intro til kritikfase	Facilitator introducerer til "Brokke-fasen", der tager udgangspunkt i elevernes egne oplevelser, holdninger og erfaringer. Eleverne skal svare på spørgsmål om pausekultur
10 min.	Kritikfase – brainstorm	Eleverne skriver kritikpunkter af dårlige pauser ned på post-its. Eleverne kan gøre det alene eller med deres sidemand.
10 min.	Opsamling Kritikfase	Eleverne præsenterer kritik af pauserne på skolen ud fra de post-its, de har skrevet. Imens placerer facilitatoren post-its på tavlen under en af de to overskrifter "mentale breaks" eller "sociale fællesskaber" alt efter, hvad kritikken går på.
5 min.	PAUSE	Facilitator organiserer elevernes post-its i undertemaer. Det kan fx være: • Manglende aktiviteter udendørs • Manglende stillezoner

5 min.	ENERGIZER	Alle skal stille sig i en række efter skostørrelse uden, at de må sige noget til hinanden.
5 min.	Opsamling i plenum	Gennemgang af de temaer der er kommet frem. Tjek op med eleverne, om de er forstået rigtigt.
Fantasifasen		
5 min.	Intro til fantasifase	Facilitator introducerer fantasifasen. Hvad ville eleverne lave i 'drømmepausen'? • <i>Hvordan ville pauserne på skolen være?</i> • <i>Hvad skulle der være mulighed for at lave?</i> • <i>Hvordan skulle man have det efter en pause?</i> Her skal de bruge deres fantasi og tænke stort og ud af boksen. Facilitator understreger, at det ikke behøver at være gennemtænkt eller at kunne lade sig gøre i virkeligheden. Det kan være en hjælp, at eleverne ser på alle kritikpunkterne fra før og vender dem om.
10 min.	Fantasifase – individuel brainstorm	Alle skriver deres ultimative fantasier om gode pauser på skolen ned på post-its. Brug en ny farve post-its.
5 min.	Fantasifase – opsamling	Eleverne præsenterer udvalgte idéer i plenum. Imens placerer facilitatoren post-its på tavlen, så de passer på de temaer der fremgår af tavlen.
5 min.	PAUSE	
5 min.	ENERGIZER	Eleverne skal stille sig på række efter øjenfarve, mørkeste farve først – uden at tale sammen
Realiseringsfasen		
5 min.	Intro til realiseringsfase	Facilitator introducerer til realiseringsfasen. Eleverne skal enten individuelt eller i grupper af max 4-5 personer finde på konkrete idéer til, hvilke forbedringer af skolens studiemiljø, de ønsker. Eleverne skal skrive ideerne ned på papir. Opstil vurderingskriterier for eleverne. Eksempler på vurderingskriterier:

		• Relevans af løsning på de pauseproblematikker/temaer, der er blevet snakket om på workshoppen • Skal kunne lade sig gøre i praksis • Skal kunne bruges af alle elever • Det skal kunne bruges i lang tid og så vidt muligt gøres selvkørende - dvs. at det fx ikke skal bemandes for at kunne virke
20 min.	Realiseringsfase – individuelt eller i grupper	Elever sidder i grupper og taler om konkrete forslag til forbedringer i studiemiljøet. Det er vigtigt, at forslagene er så konkrete som muligt. Fx kan eleverne tage stilling til følgende: • Hvad kræver forbedringen? • Er der noget der skal købes ind? • Er der noget der skal bygges? Eleverne skal skrive ideerne ned på et papir, som underviserne kan få efter endt elevworkshop.
10 min.	Opsamling	Eleverne præsenterer udvalgte idéer i plenum. Her kan idéer evt. justeres eller uddybes med hjælp fra de andre elever.
Afrunding		
5 min.	Afrunding	Facilitator afrunder elevworkshoppen ved at fortælle eleverne om det videre forløb med forbedringer og evt. indkøb.

Indhold i workshop

Overordnet intro

Facilitatorer præsenterer sig selv og opridser formålet med dagen.

- *“Vi skal arbejde med pauser på jeres skole. Vi skal igennem en workshop, som ender ud i konkrete ideer til, hvordan man kan skabe de bedste rammer for gode pauser på jeres skole. Med udgangspunkt i, hvad vi har snakket om i dag, skal I komme med konkrete ideer til forbedringer i skolens studiemiljø.”*

Det er vigtigt at lægge op til, at der er interesse i at høre alles vinkler og holdninger, og at der ikke er vinkler eller holdninger, der er forkerte. Derefter tages en hurtig præsentationsrunde med navn og uddannelsesretning. Imens uddeles post-its og kuglepenne. Lav navneskilte, hvis det ikke er alle, der kender hinanden på forhånd.

Lær hinanden at kende: Hvem er vi?

Derefter laves en kort introducerende leg – ”hvem er vi?”, hvor eleverne kan lære hinanden at kende eller lære nye ting om hinanden. Eleverne skal sidde ned imens nedenstående udsagn læses op en efter en. Hvis eleverne kan svare ja til det pågældende udsagn, skal de rejse sig op.

Udsagn, der skal læses op:

1. Jeg bor i en lejlighed?
2. Jeg er vegetar?
3. Jeg har en kæreste?
4. Jeg har aldrig prøvet at ryge cigaretter?
5. Jeg har en hund?
6. Jeg ser Paradise Hotel?
7. Jeg har et barn?
8. Jeg har været på festival i år?
9. Jeg har en tatovering?
10. Jeg har prøvet at kede mig i en skolepause?

Intro til workshopforløb

Præsentation af dagens tema - mentale breaks og sociale fællesskaber

Facilitator præsenterer de to temaer ”Mentale breaks” og ”Sociale fællesskaber” i relation til pauser.

”Mentale breaks og sociale fællesskaber er det man kan få ud af at holde pauser. Det vil sige, at nogle har brug for at trække sig fra sine klassekammerater og lade mentalt op inden en ny undervisningstime. Her har andre brug for at være en del af et socialt fællesskab i pauserne. I dag skal vi snakke om, hvordan vi kan indrette studiemiljøet på skolen, så I får bedre pauser, der opfylder jeres behov”

Intro til spilleregler for resten af workshoppen og brug af Post-its

Der uddeles kuglepenne og post-its i to farver. De to farver skal bruges senere i workshoppen til at adskille de forskellige faser. Man behøver kun at skrive et stikord pr. post-it. Imens de uddeles, opridses følgende regler:

- 1 ord pr. post-it
- Så mange post-its som muligt
- Der findes ikke dårlige ideer
- Man behøver ikke at være enige

Facilitering af kritikfasen

Facilitator præsenterer kritikfasen som ”brokke-fasen” og eleverne opfordres til at brokke sig med udgangspunkt i pauser på skolen og muligheder for sociale fællesskaber og mentale breaks. Det er elevernes umiddelbare holdninger, der er i fokus. Kritikfasen er den første fase i workshoppen, og derfor er det især her vigtigt at få alle deltagere på banen. Dette gøres ved, at alle laver en brainstorm over kritikpunkter ved pauser og muligheder for mentale breaks og sociale fællesskaber på skolen. Eleverne kan skrive dem ned selv eller med sparre med deres sidemand.

Elevernes brainstorm kan tage udgangspunkt i følgende spørgsmål:

- *Hvad kendetegner en dårlig pause her på skolen?*
- *Kom med eksempler på dårlige pauser og hvorfor de var dårlige.*
- *Hvordan har man det efter en dårlig pause?*
- *Hvad sker der, hvis man ikke er en del af noget socialt i en pause?*
- *Hvad sker der, hvis man ikke får et mentalt break, som man har brug for?*

Hvert kritikpunkt skrives ned i stikord på Post-its i samme farve. Der må kun være ét punkt pr. Post-it, og alle skriver på den samme farve Post-its. Derefter tages runder, hvor eleverne *kort* fortæller om én Post-it ad gangen. Imens placerer facilitatoren post-its på tavlen under en af de to overskrifter "mentale breaks" eller "sociale fællesskaber" alt efter, hvad kritikken går på. Der kan hurtigt opstå undertemaer, men dette arbejdes der mere struktureret med i pausen.

PAUSE

I pausen organiserer facilitator elevernes post-its i undertemaer. Det kan fx være:

- Manglende aktiviteter udendørs
- Manglende stillezoner

ENERGIZER og opsamling

Alle skal stille sig i en række efter skostørrelse uden, at de må sige noget til hinanden. Bagefter samler facilitator op på, om der er en fælles forståelse af kritikpunkter og temaer.

Facilitering af fantasifasen

Facilitator indledes fantasifasen med en præsentation af fasens formål, som er at brainstorme, hvad det bedste ved en pause er. Det pointeres, at intet er for stort eller for småt til at blive taget op, og at man skal tænke over, hvordan den bedste pause man kunne forestille sig skulle være uden at tænke over, hvad der kan lade sig gøre i virkeligheden. Man må gerne prøve at huske "Den bedste pause, man nogensinde har haft" og blive inspireret fra den, men man må også gerne drømme nogle store drømme, og nedskrive ideer ud fra, hvad man har lyst til.

Man kan brainstorme over følgende spørgsmål:

- *Hvad er det vigtigste ved den bedste pause?*
- *Hvad skal der ske? Hvad skal man få ud af det?*
- *Hvordan skal man have det bagefter?*

Det kan være en hjælp, at eleverne ser på alle kritikpunkterne fra før og vender dem om. Her skal tænkes hurtigt og impulsivt, så de får kun 5 min. til at sparre i.

Efter 5 min. samler facilitator op. Det fungerer på samme måde med Post-its, som i kritikfasen bortset fra, at det nu er den anden farve, der tages i brug. Facilitatorerne sætter Post-its op på samme tavle fra tidligere fase og forsøger at placere dem i de temaer, som eksisterer og evt. parre dem med et kritikpunkt. Der kan godt tilføjes nye temaer, hvis de ikke passer ind nogle steder.

PAUSE OG ENERGIZER

Eleverne skal stille sig på række efter øjenfarve, mørkeste farve først – uden at tale sammen.

Facilitering af realiseringsfasen

Facilitator indleder realiseringsfasen med en kort præsentation af fasens formål samt de temaer, der er kommet frem under workshoppen. Det fremhæves, at det er nu, det vigtige arbejde kommer, og at eleverne skal tænke i konkrete forbedringer og indkøb. Opstil gerne vurderingskriterier for eleverne.

Eksempel på vurderingskriterier:

- Relevans af løsning på de pauseproblematikker/temaer, der er blevet snakket om på workshoppen
- Skal kunne lade sig gøre i praksis
- Skal kunne bruges af alle elever
- Det skal kunne bruges i lang tid og så vidt muligt gøres selvkørende - dvs. at det fx ikke skal bemandes for at kunne virke

Elever sidder i grupper og taler om konkrete forslag til forbedringer i studiemiljøet. Det er vigtigt, at forslagene er så konkrete som muligt. Fx kan eleverne tage stilling til følgende:

- Hvad kræver forbedringen?
- Er der noget der skal købes ind?
- Er der noget der skal bygges?

Eleverne skal skrive ideerne ned på et papir, som underviserne kan få efter endt elevworkshop. Facilitatorer kan bryde ind, hvis eleverne har brug for hjælp. Gruppearbejdet tager ca. 20 min. evt. kortere tid eller længere tid, afhængigt af hvordan gruppearbejdet går.

Når eleverne ikke kan komme på flere ideer, samler facilitator op ved, at eleverne præsenterer udvalgte idéer i plenum. Her kan idéer evt. justeres eller uddybes med hjælp fra de andre elever.

Afrunding

Den sidste fase af elevworkshoppen afsluttes med at facilitatoren fortæller om det videre forløb herfra. Hvad skal der gøres nu, og hvornår kan eleverne forvente at deres idéer bliver realiseret.

Efter forbedringer og indkøb

Efter forbedringer af studiemiljø og evt. indkøb kan de elever der har været med til at forbedre studiemiljøet stå for at arrangere et event, hvor hele skolen bliver informeret om de nye forbedringer.