



Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

TRYGGE HÆNDER

Centrale fokusområder og konkrete handlinger til at sikre en tryk studiestart og et trygt studieliv for nye studerende



Deltagelse for alle

Videnscenter om handicap

Trygge hænder

Der findes mange metoder og handlinger til at sikre en tryk studiestart for nye studerende, og det kan være svært at overskue, hvor man skal starte. Trygge hænder er et redskab, der giver et overblik, og beskriver to gange fem forskellige fokuspunkter, som er vigtige at have for øje for at sikre henholdsvis en tryk studiestart og et fortsat tryk studieliv for nye studerende. Til hvert fokuspunkt hører forslag til konkrete handlinger, den enkelte underviser, tutor eller studievejleder kan gøre for at styrke tryk.

Den ene hånd har fokus på studieSTART, og er et redskab til dem, der står for at planlægge og afholde studiestart de første dage og uger, uanset om der er tale om tutorer, undervisere, studievejledere m.fl. Den anden hånd er primært målrettet undervisere og fokuserer bredere på studieLIVET på den lange bane. De to hænder kan bruges i forlængelse af hinanden for at sikre et gennemgående fokus på et tryk studieliv for de nye studerende.

Formål

Formålet med redskabet er at fremhæve vigtige fokuspunkter og konkrete handlinger til at sikre en tryk studiestart og et fortsat tryk studieliv for de studerende.



Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

STUDIESTART

**Konkrete handlinger til at skabe
en tryk studiestart**

En hånd til jer, der står for at planlægge og afholde studiestart



Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

Formål

Hånden til studiestart skal give en overskuelig oversigt over konkrete handlinger til at sikre en tryk studiestart for nye studerende. Det er et redskab til jer, der står for at planlægge og afholde studiestart, uanset om I er tutorer, undervisere eller noget tredje.

Redskabet beskriver 5 fokuspunkter, som er vigtige at have for øje for at sikre en tryk studiestart for alle studerende. Til hvert fokuspunkt er der forslag til konkrete handlinger, der kan bidrage til at gøre studiestarten mere tryk. Listen er ikke udtømmende, og I kan selv finde på flere konkrete handlinger.

Fokuspunkter

S PEJLING

T AG IMOD

A FVEKSLING

R AMMESÆTNING

T AG ANSVAR



Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

Konkrete handlinger til at skabe en tryk studiestart

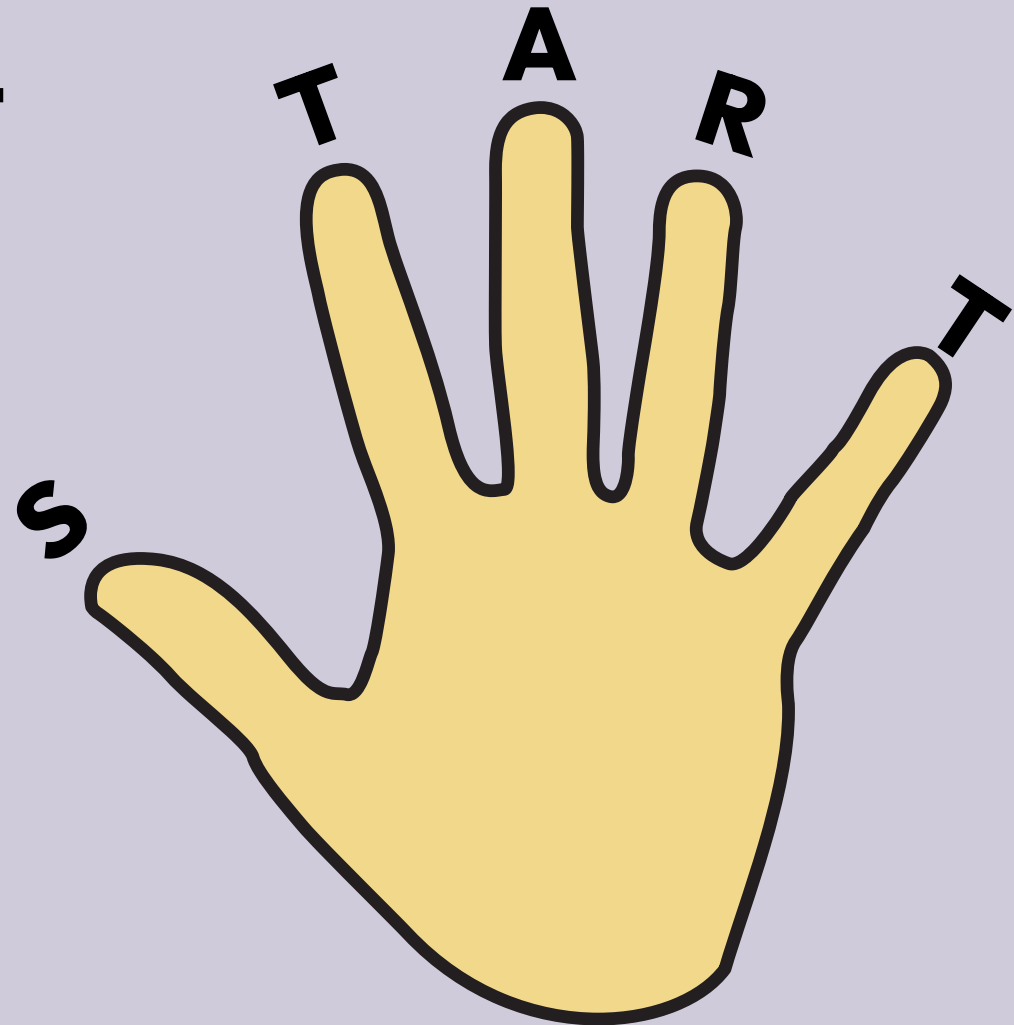
S PEJLING

T AG IMOD

A FVEKSLING

R AMMESÆTNING

T AG ANSVAR





Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

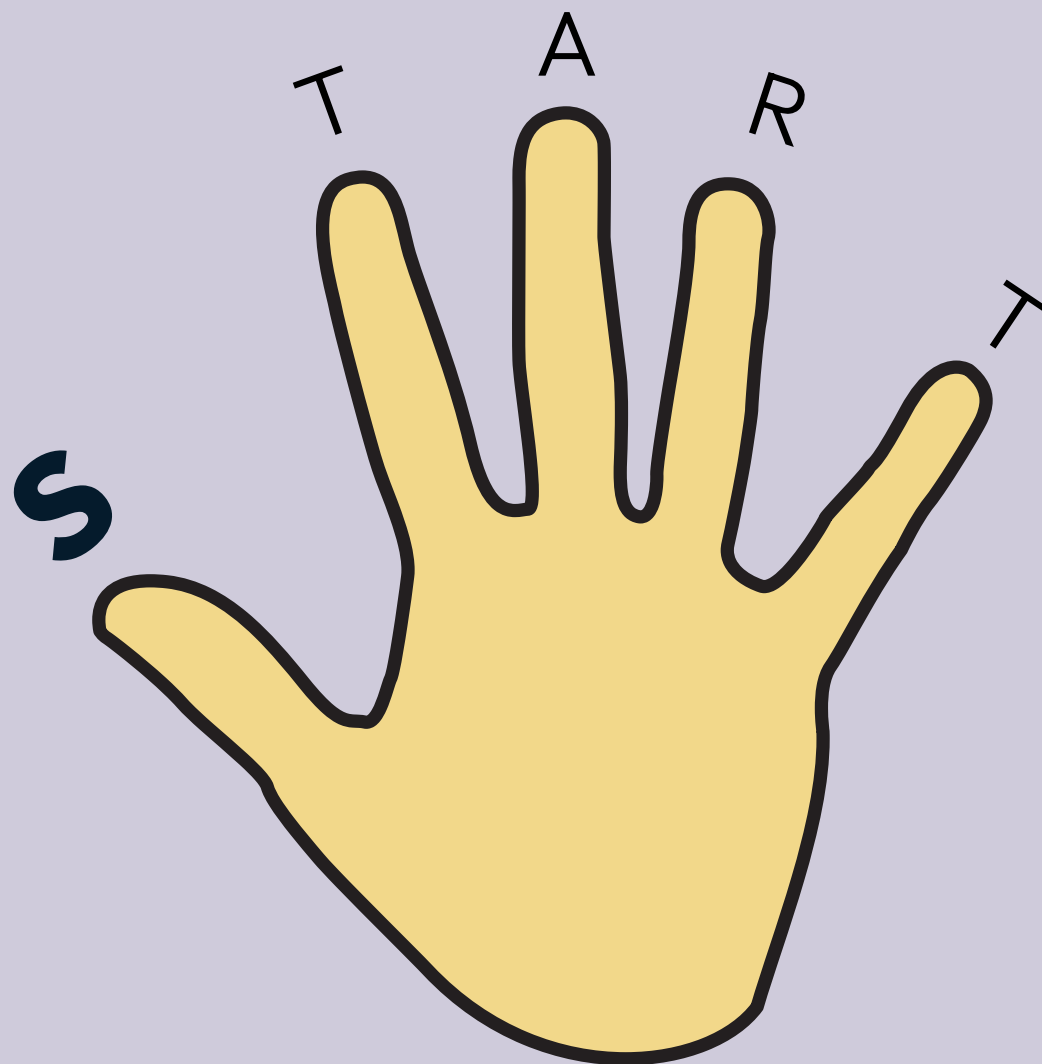
Spejling

Som ny studerende er det vigtigt at vide, at egne forventninger og bekymringer er 'normale'. Dine erfaringer og egne oplevelser med studiet, både de gode og de svære, har stor betydning for de nye studerende. Husk desuden, at du er rollemodel, og det, du gør, har betydning for, hvordan de nye studerende opfatter studiemiljøet.

Konkrete handlinger



- Del dine erfaringer med studiestart. Fortæl gerne om både positive forventninger og bekymringer.
- Spørg nysgerrigt ind til de nye studerende, måske du kan spejle deres oplevelse og fortælle, hvordan du overkom samme bekymring eller håndterede lignende forventninger.





Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

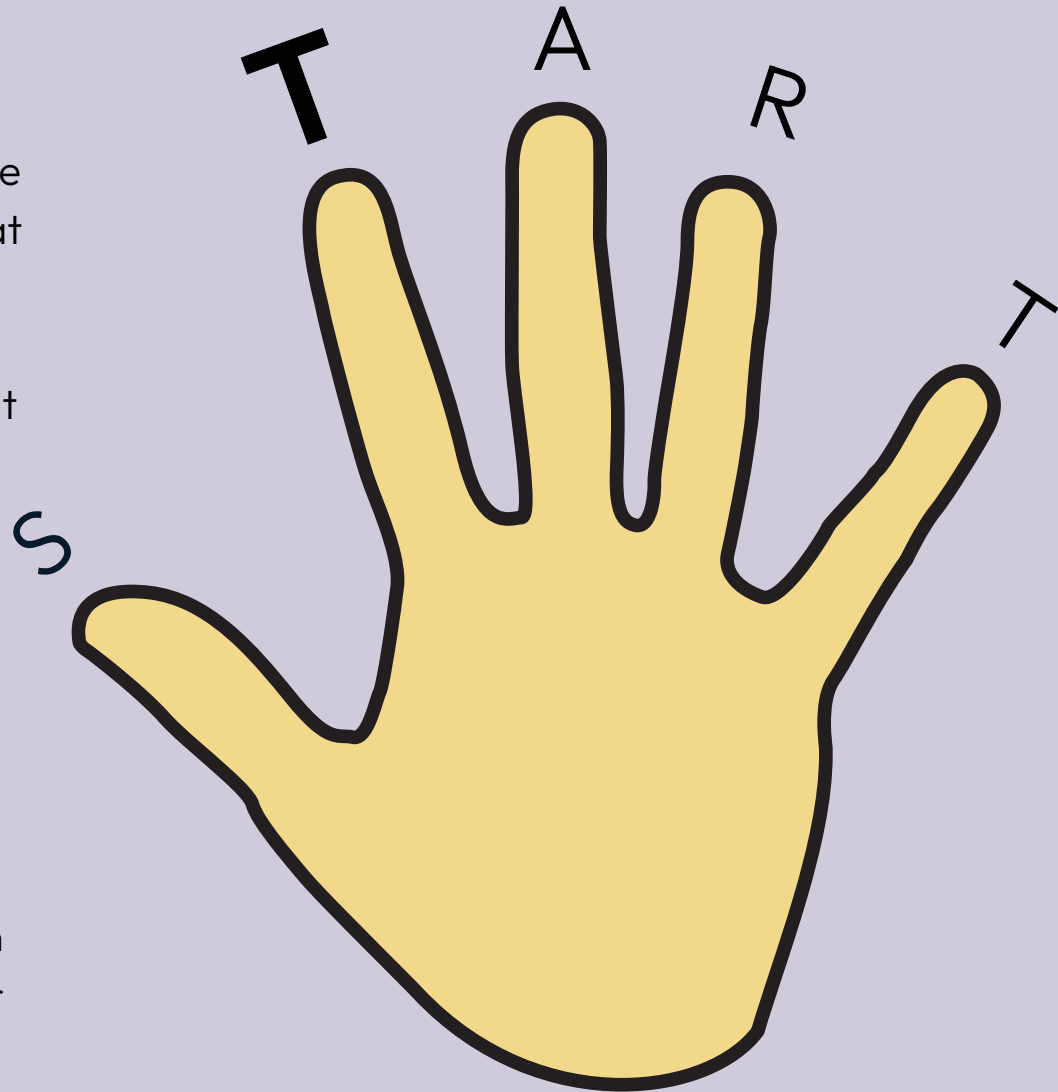
Tag imod

Alle studerende skal opleve at blive taget godt imod og møde en god velkomst. Det gør starten nemmere og bidrager til, at man føler sig tryk. Brug derfor lidt ekstra tid på at være imødekommende og vise, at I er opsat på at lære de nye at kende. Vær tydelige om, at I er tilgængelige og står klar til at hjælpe.

Konkrete handlinger



- Tag imod hver studerende, når de møder op på campus første dag.
- Vis vejen til mødestedet eller sørg for, at der er god guidning, så de studerende kan følge de gule kegler, pilene eller lignende.
- Lær navnene på de studerende (del fx op, sådan at man har hver sin gruppe, man lærer navne på, hvis der er for mange) og brug dem – det giver en oplevelse af at betyde noget.





Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

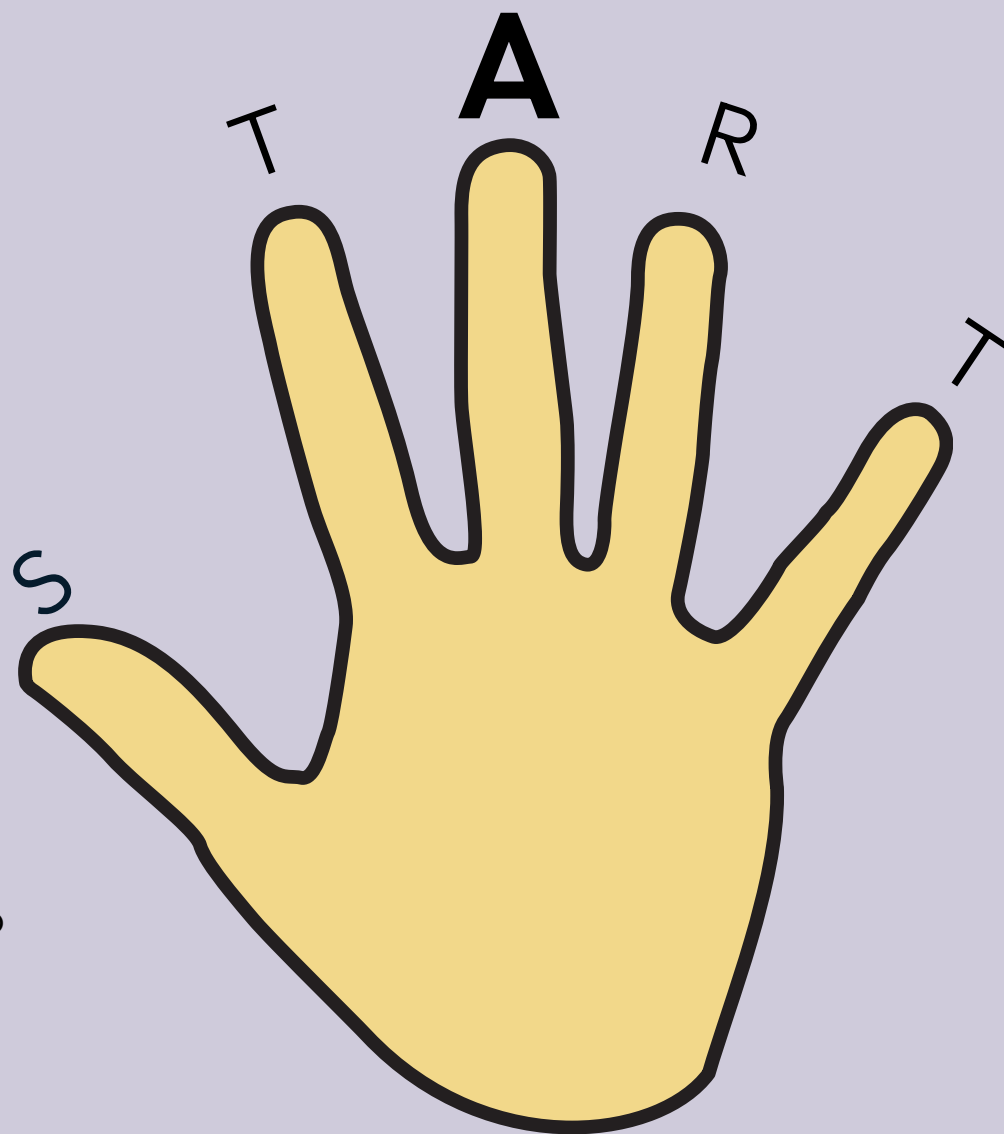
Afveksling

Studerende er alle forskellige og har derfor også forskellige behov og præferencer. Hav forståelse for denne forskellighed og læg et varieret og fleksibelt program, så der er bedst mulige chancer for, at der er noget for alle. Vær også parat til at tilpasse aktiviteterne, så flest muligt kan være med.

Konkrete handlinger



- Lav forskellige typer aktiviteter, fx både med og uden konkurrence, brætspilscafé, kreaværksted, gåtur i nærområdet, morgenmad, quizarrangementer, morgensang, fredagsmotion mm.
- Tilpas aktiviteterne, så alle kan være med (brug fx redskab 2.4 Tilpasningshjulet).
- Husk pauser!
- Lav aktiviteter både fælles alle sammen, i grupper og individuelt.
- Lav aktiviteter både med socialt fokus og fagligt fokus.





Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

Rammesætning

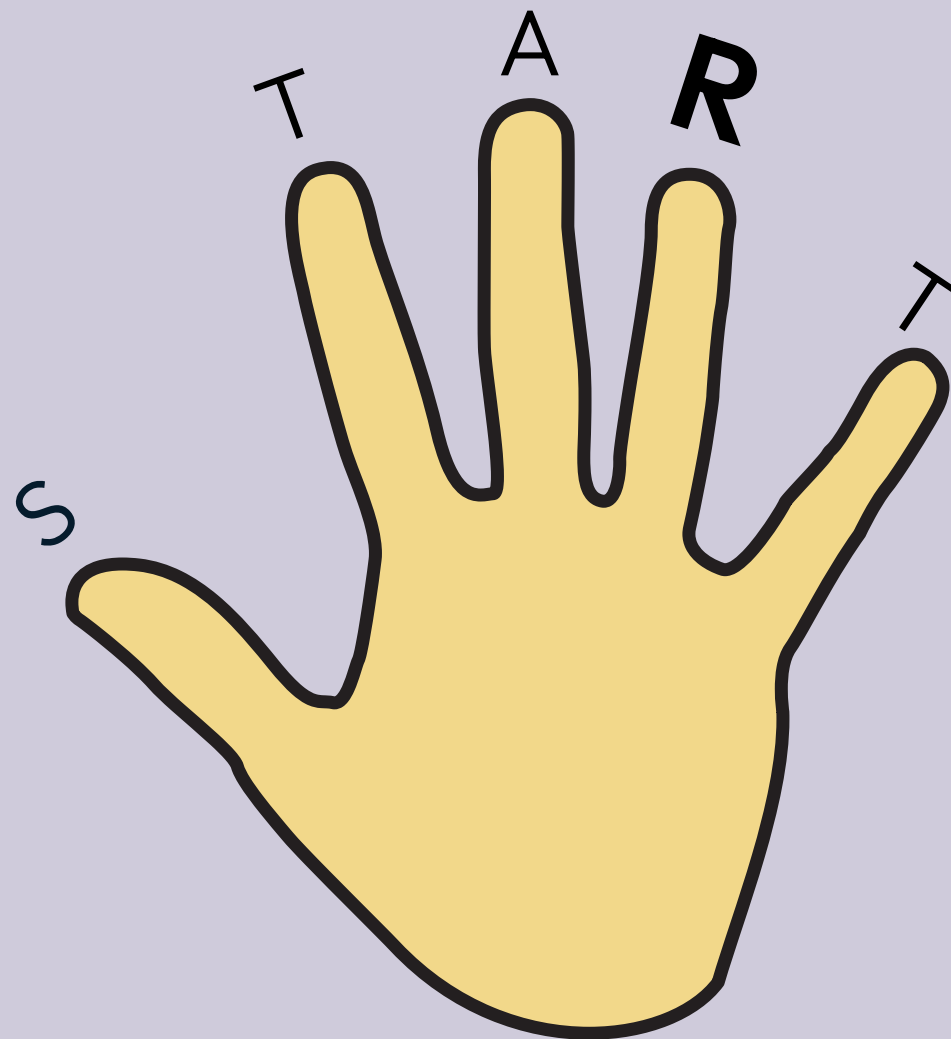
Alle studerende har i forskellige grader gavn af at kende til programmet for ugen, dagen eller den konkrete aktivitet. Programmet skal både være tydeligt inden og undervejs. Det er ofte en god idé at informere mere grundigt, end du umiddelbart tror.

Udover at skabe tydelig struktur er det også en fordel at være tydelig om, hvem der har hvilken rolle, og fortælle det til de studerende, så de ved, hvem de kan spørge og om hvad.

Konkrete handlinger



- Informer om programmet – hvilke aktiviteter, hvad er formålet med dem, hvornår, hvor, med hvem og hvor længe varer det.
- Sørg for de studerende ved, hvem de kan spørge om hvad.
- Vær tydelig både mundtligt og visuelt – skriv fx programmet op eller lign., så de studerende kan følge med løbende.



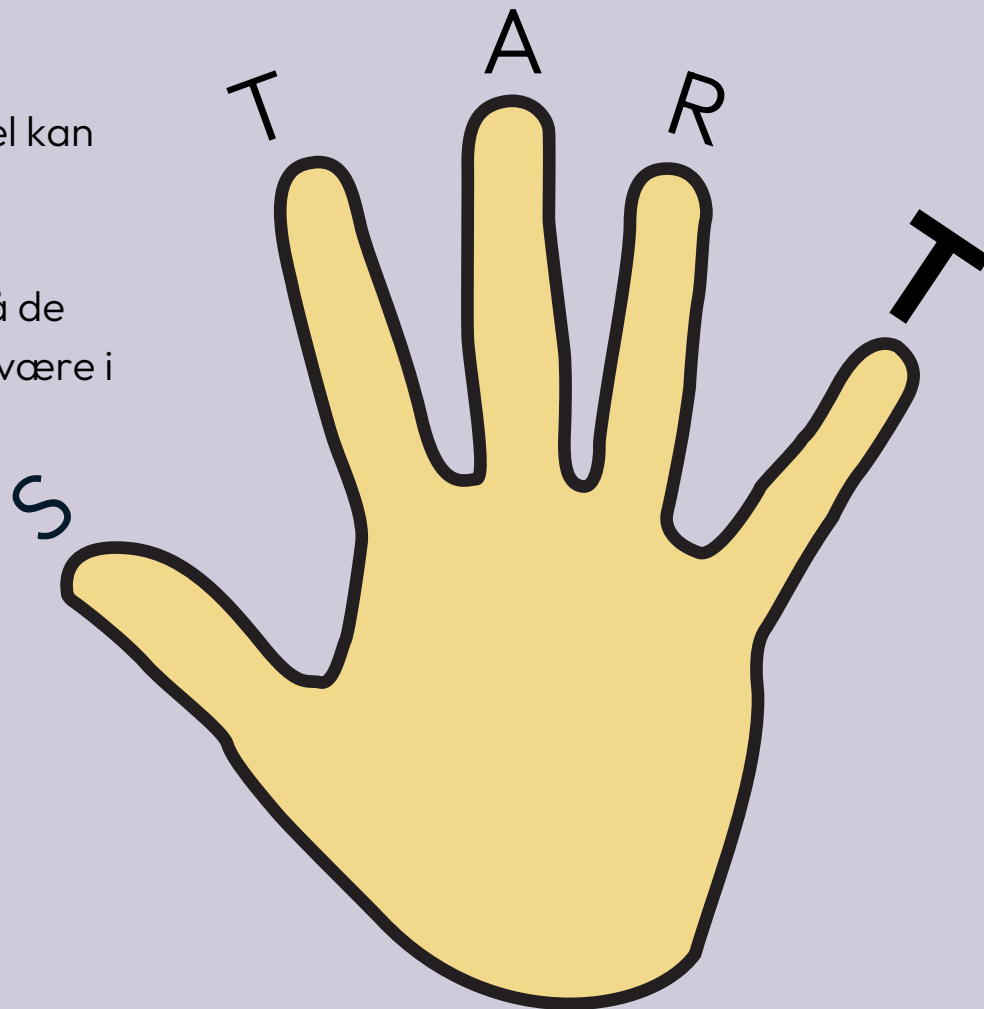
Tag ansvar

Alle studerende skal opleve at blive set og taget kontakt til. De studerende har forskellige behov og grænser, som du med fordel kan være opmærksom på for at imødekomme, at de får en positiv oplevelse.

Det er vigtigt i studiestarten, at der tages ansvar for gruppen, så de nye studerende fx ikke behøver at bekymre sig om, hvem der vil være i gruppe med dem.

Konkrete handlinger

- Sørg for at nå rundt til alle - måske du har en gruppe, som du har ansvaret for.
- Respekter deltagernes grænser, fx er der mange, der ikke bryder sig om kropskontakt.
- Sæt navneskilte op, så de nye studerende ved, hvor de skal sætte sig første gang, de skal sidde sammen i et lokale eller ved festmiddagen om aftenen.
- Tag ansvar for gruppedeling - lav enten grupperne på forhånd eller tilfældigt fx ved at tælle eller efter fødselsdag eller lign.





Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

STUDIELIVET

Konkrete handlinger til at skabe et trygt studieliv

En hånd til jer, der står for at fortsætte arbejdet med at sikre et trygt studieliv for de studerende



Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

Formål

Hånden til studieLIVET skal give konkrete handlinger til at sikre et trygt studieliv. Det er et redskab primært målrettet undervisere, og det beskriver 5 forskellige fokuspunkter, det er vigtige at have for øje for at sikre et trygt studieliv. Til hvert fokuspunkt hører forslag til konkrete handlinger, underviseren kan gøre for at styrke tryghed. Listen er ikke udtømmende og I kan selv finde på flere konkrete handlinger.

Hånden til studieLIVET kan bruges i forlængelse af hånden til studieSTART, for at sikre et gennemgående fokus på et trygt studieliv for de nye studerende.

Fokuspunkter

LYDHØRHED
INFORMATION
VARIATION
ENGAGEMENT
TILHØR



Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

Konkrete handlinger til at skabe tryghed i studielivet

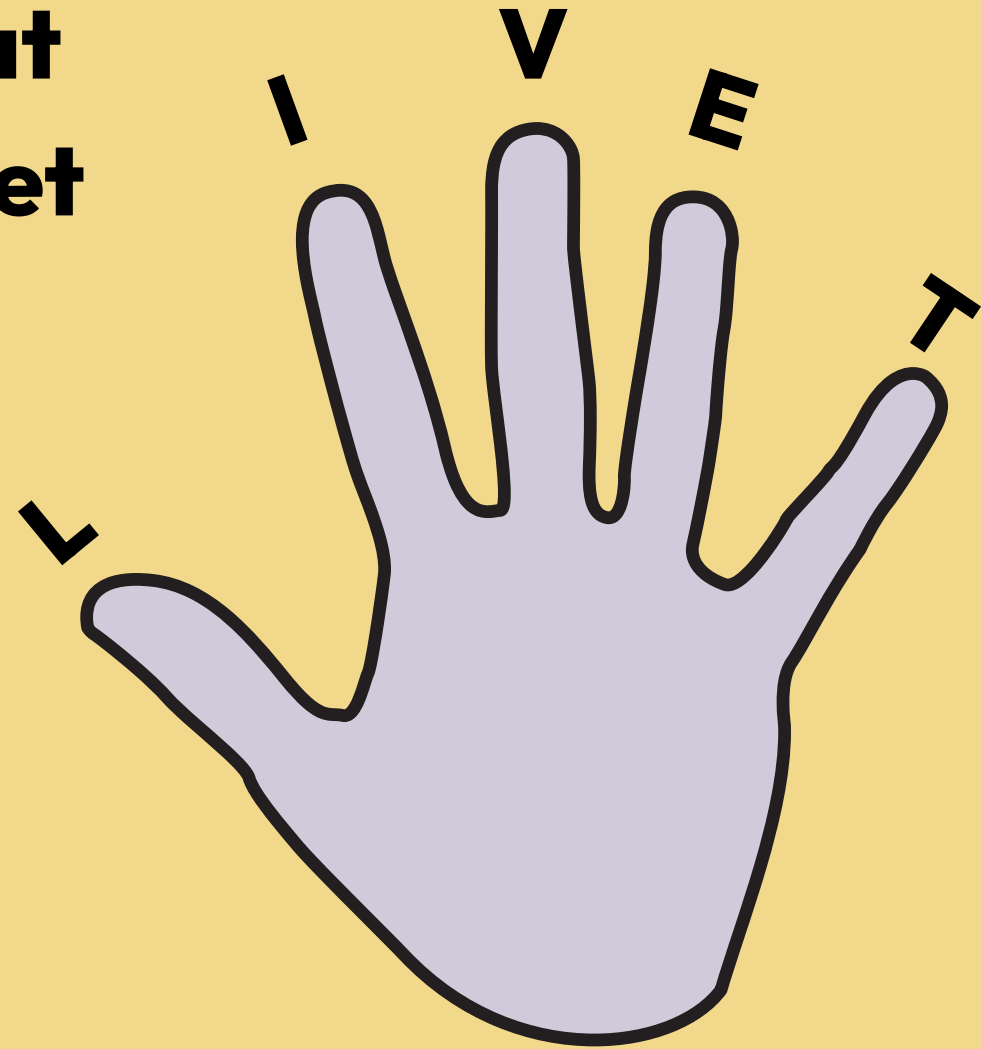
L YDHØRHED

I NFORMATION

V ARIATION

E NGAGEMENT

T ILHØR





Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

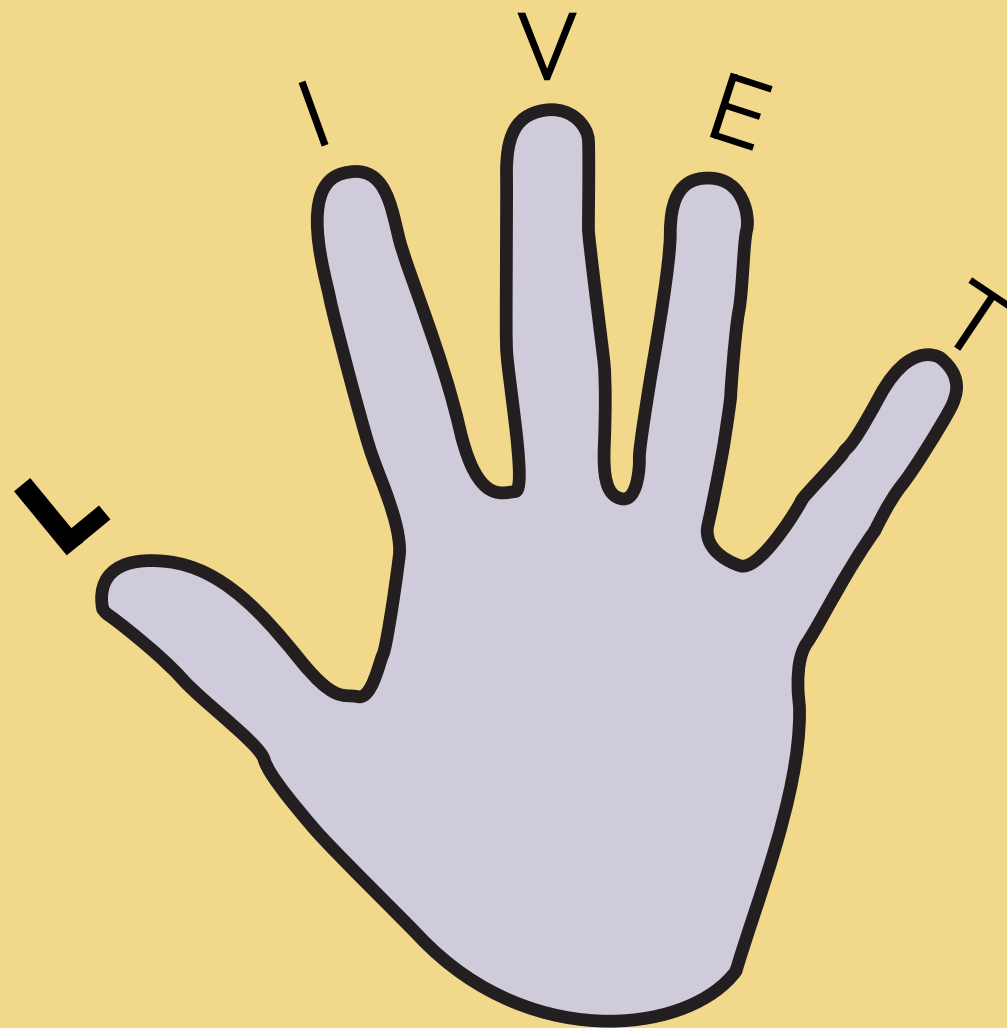
Lydhørhed

Relationen til underviseren er betydningsfuld for de studerende, ligesom det kan være svært at række ud efter hjælp som ny studerende. Det er derfor vigtigt, at de studerende oplever interesse og imødekommenhed fra underviserne, og at de studerende ved, at der er hjælp at hente.

Konkrete handlinger



- Vis de studerende, at du interesserer dig for dem ved at tage kontakt og spørge ind til deres behov/ønsker ifm. studiet.
- Fortæl de studerende, at de er velkomne til at komme til dig. Husk også at sige, hvordan de kan få fat på dig.
- Brug dig selv og dine erfaringer som eksempler, dette kan også være en døråbner til, at de studerende kommer til dig.





Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

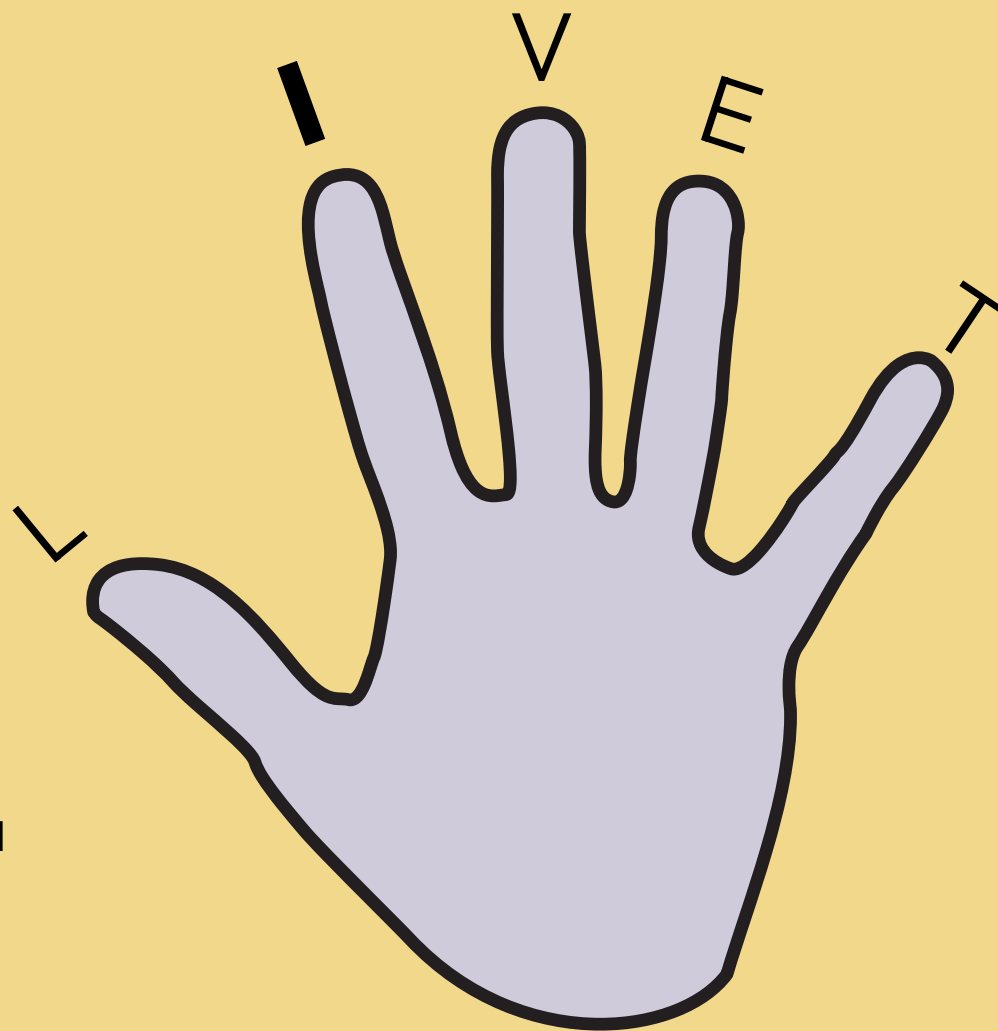
Information

Alle studerende har i forskellige grader gavn af på forhånd at kende til program for og formål med undervisningen og at der er en tydelig struktur. Dette skal både være tydeligt inden og undervejs. Giv også gode muligheder for at studerende kan forberede sig i god tid. Det er ofte en god idé at informere mere grundigt, end du umiddelbart tror.

Konkrete handlinger



- Giv tydelig og overskuelig information om program og forberedelse - og i god tid.
- Tydeliggør formål med aktiviteten og forventninger og krav til de studerende.
- Tag ansvar for gruppedannelse, så de studerende ikke skal bekymre sig om at blive valgt fra.





Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

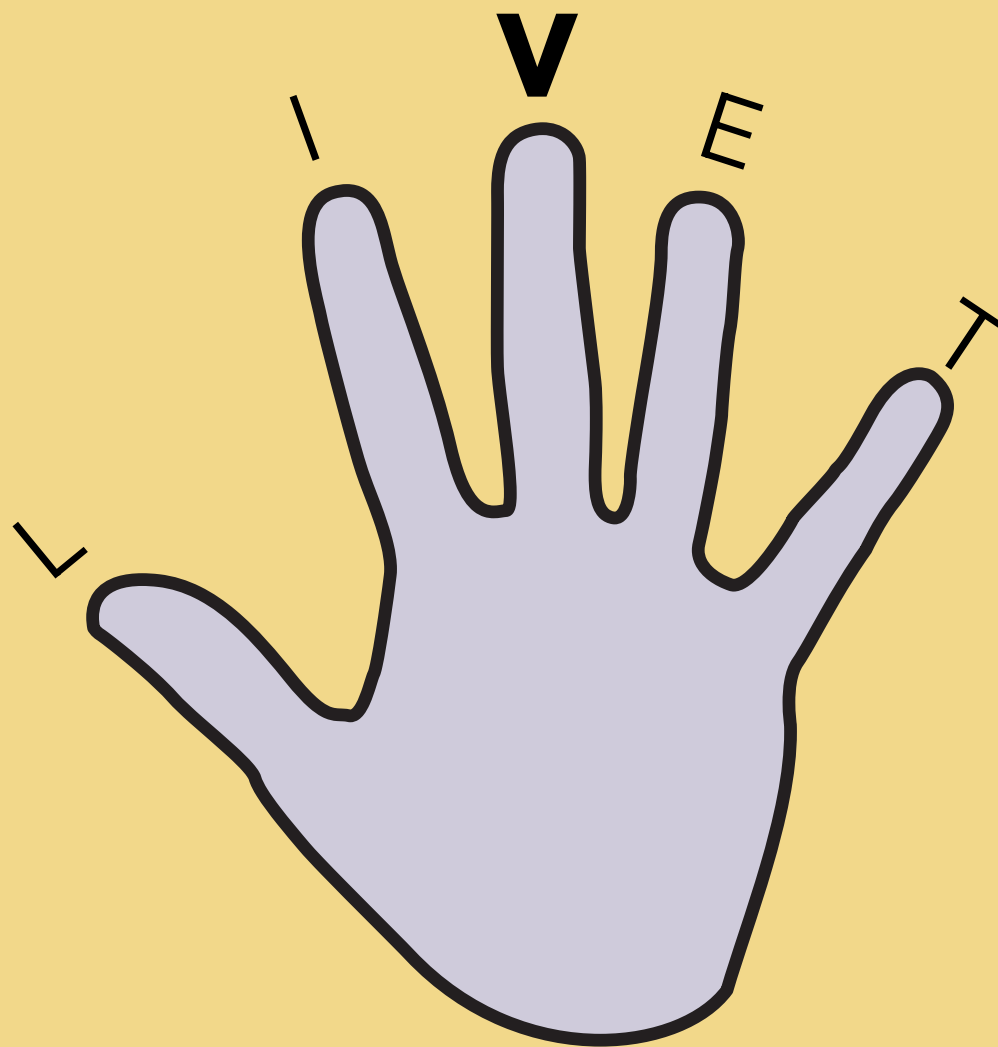
Variation

Forskellighed er en styrke – både for den enkelte og for fællesskabet, men mange studerende kan være bekymret for at blive accepteret i det nye fællesskab. Ved at synliggøre og give plads til forskellige baggrunde, forudsætninger og måder at lære på, normaliseres de forskellige tilgange, og undervisningen gøres mere tilgængelig og engagerende.

Konkrete handlinger



- Italesæt at forskellighed er en styrke og hvordan.
- Synliggør forskellighed og skab rum for, at de studerende bliver bevidste om vigtigheden af, at der er plads til alle, fx gennem øvelserne 3.4 Diversitetsøvelse og 3.7 Veje til læring.
- Giv plads til forskellighed ved at præsentere og give mulighed for at arbejde med det faglige indhold på forskellige måder.





Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

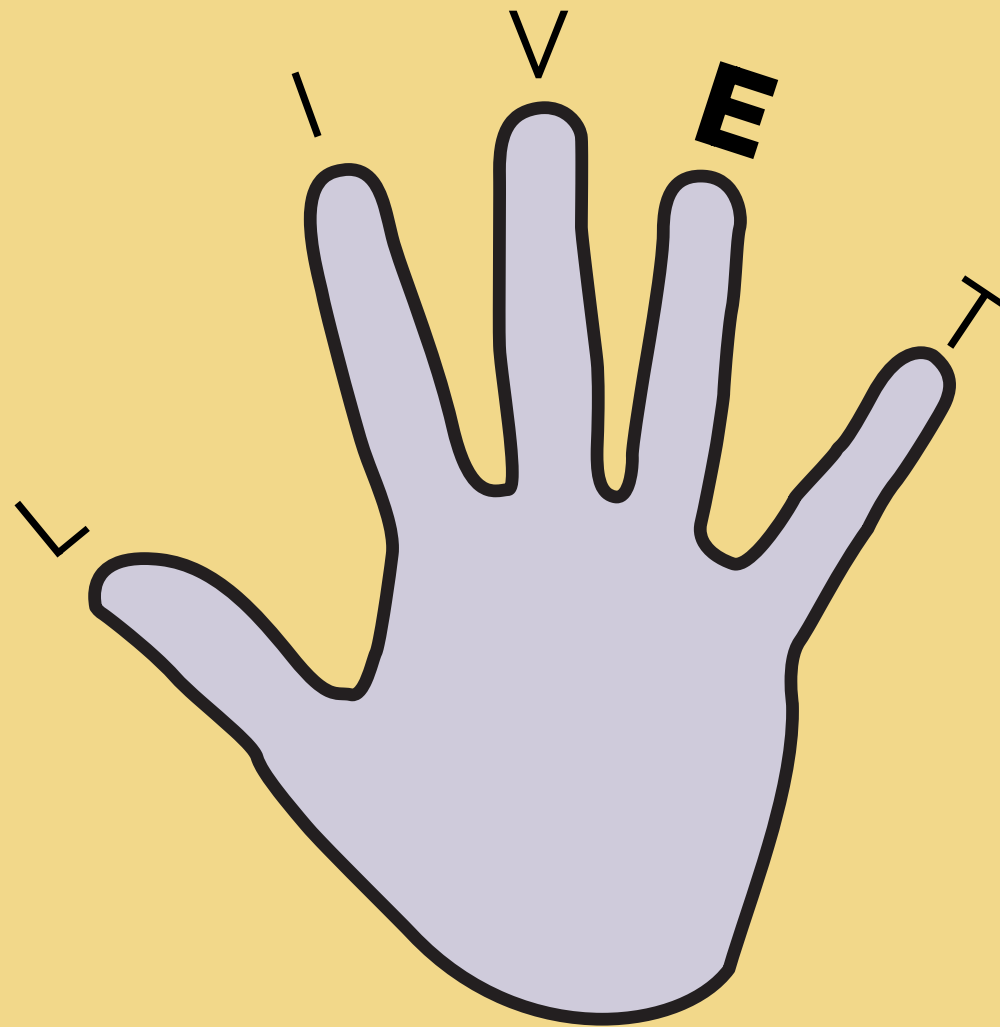
Engagement

Engagement i fællesskabet er centralt for både læring og trivsel. Den faglige interesse er det, der binder de studerende sammen, og giver derfor gode forudsætninger for at understøtte sociale relationer gennem fællesskabende aktiviteter med et fagligt indhold. Det er derfor vigtigt at understøtte muligheder for, at de studerende lærer hinanden at kende og arbejder sammen i undervisningen og andre studieaktiviteter.

Konkrete handlinger



- Prioriter fællesskabende aktiviteter med fagligt indhold.
- Giv mulighed for at arbejde sammen, gerne også i mindre grupper.
- Brug gerne bevægelse ifm. faglige aktiviteter, fx walk and talk.





Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

Tilhør

En følelse af tilhør styrker både trivsel og læring. Mange studerende har urealistiske forventninger til sig selv, er bekymrede for ikke at passe ind og tror, de er alene om deres usikkerhed. Det er bekymringer og følelser, der gør det svært at opnå tilhør til studiet og således påvirker trivsel og læring. Det er derfor vigtigt at forsøge at komme de såkaldte flertalsmisforståelser i forkøbet, og sætte fokus på læring og udvikling fremfor en perfektionskultur.

Konkrete handlinger



- Italesæt at de studerende netop er startet for at lære, og at de ikke skal kunne det fra start. Der er ikke dumme spørgsmål mv.
- Normalisér tvivl og usikkerhed.
- Del data eller erfaringer, fx: "Halvdelen af holdet havde svært ved den sidste opgave – det er helt normalt i starten."
- Brug fx redskab '3.5 Kære holdkammerater' til at synliggøre almindelige bekymringer ved studiestart.

