



AALBORG
UNIVERSITET

cefu

Center for
Ungdomsforskning

Trivsel på FGU

Konkrete erfaringer fra projektet 'Bedre Mental Trivsel' på FGU Nordvestsjælland

Ida Nilsson, Anne Görlich & Noemi Katznelson

Afslutningsrapport

Juni 2025

INDHOLD

| | |
|---|----|
| Læsevejledning | 2 |
| Baggrund | 3 |
| Baggrund og forskningsspørgsmål | 4 |
| Perspektiver på trivsel | 5 |
| Trivsel på FGU | 6 |
| ○ Et kig ind i undervisningen | 7 |
| ○ Fokus på trivsel aflæses som anerkendelse | 8 |
| ○ Undervisere udfordrer og er nærværende | 9 |
| ○ Et kig ind i undervisningen | 10 |
| ○ Social og faglig trivsel kan ikke adskilles | 11 |
| ○ Mange veje til trivsel | 12 |
| Udvalgte trivselsindsatser i BMT | 13 |
| ○ Valgfag | 14 |
| ○ Ture ud af huset | 15 |
| ○ Måltider | 16 |
| ○ Bevægelse | 17 |
| ○ Underviserperspektiver | 18 |
| Konklusioner | 21 |
| ○ Samlet blik på BMT | 22 |
| ○ BMT-indsatsernes dimensioner | 23 |
| ○ Hvordan har BMT bidraget til trivsel? | 24 |
| ○ Metoder og referencer | 25 |

LÆSEVEJLEDNING

Denne rapport er udarbejdet af Center for Ungdomsforskning som en del af projektet *Bedre mental trivsel hos unge på FGU* (BMT-projektet). Projektet er gennemført i samarbejde med FGU Nordvestsjælland, Region Sjælland (Psykinfo og Team Folkesundhed), Ventilen og Modstrøm med støtte fra Egmontfonden og Nordeafonden. Rapporten formidler resultater fra den kvalitative følgeforskning og undersøger, hvordan BMT-projektets trivselsindsatser opleves af elever og undervisere på FGU Nordvestsjælland.

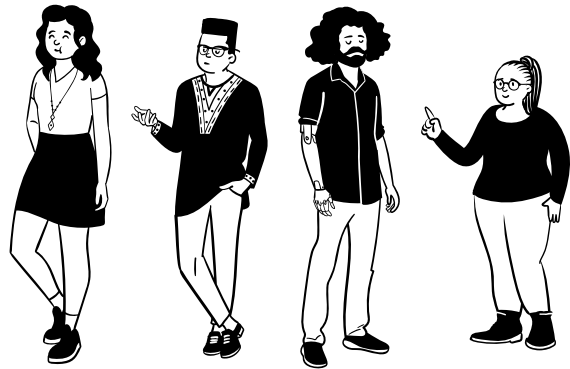
Rapporten består af fire dele.:

- I første del introduceres projektets baggrund og centrale perspektiver på trivsel i en dansk kontekst.
- Anden del sætter fokus på det generelle og handler om trivselsforståelser og FGU generelt. Delen rummer også to situationsbeskrivelser fra undervisningen på FGU.
- Tredje del går tæt på BMT indsatserne og de aktiviteter og greb, der har fyldt mest i undersøgelsens datamateriale.
- I fjerde del opsummeres hovedpointer og perspektiver på trivsel i FGU, efterfulgt af forskningsdesign og metodiske valg.

Tak til alle de elever, undervisere og fagpersoner på FGU Nordvestsjælland, der har delt deres oplevelser med os. God læselyst!

Ida, Anne og Noemi

BAGGRUND



BAGGRUND OG FORSKNINGSSPØRGSMÅL

Talrige undersøgelser viser, at nogle unges trivsel er under pres og at den alvorlige mistrivsel i særlig grad rammer de unge, som i forvejen befinder sig i udsatte positioner på kanten af uddannelse og arbejdsmarked, (Katznelson et al, 2022; Sundhedsstyrelsen, 2022; Jeppesen et al, 2020; Andersen et al, 2020; Ottosen et al, 2018; EVA 2021). Lav mental trivsel kædes sammen med, at der stilles flere psykiatriske diagnoser (Santini et al, 2022), samtidig med at unge fra socioøkonomisk trængte familier er i højere risiko end andre unge for at kæmpe med mental mistrivsel (VIVE, 2019).

De unge på FGU er mellem 15 og 24 år og kommer med meget forskellige kompetencer og udfordringer. FGU skal dermed rumme og løfte en meget heterogen elevgruppe, hvor en væsentlig har særlige behov, der kræver støtte og et tilpasset læringsmiljø (EVA, 2021). Det er derfor vigtigt, at FGU kan understøtte den mentale trivsel hos denne gruppe unge.

Disse perspektiver og udfordringer danner afsæt for udviklingsprojektet, *Bedre mental trivsel hos unge på FGU*, som i perioden 2023 til 2025 har udviklet og afprøvet en række trivselsindsatser i tre skoleafdelinger i Fårevejle, Svebølle og Holbæk. Ifølge udviklingsprojektets projektbeskrivelse (FGU 2023) er formålet med indsatserne at:

- Understøtte god mental trivsel hos eleverne
- Give eleverne gode muligheder for at deltage i støttende fællesskaber
- Understøtte en positiv selvpfattelse og tro på egne evner til at håndtere livets udfordringer
- Støtte elevernes mulighed for at realisere eget potentiale i uddannelse, arbejde, fritid og familie
- Hjælpe eleverne videre i uddannelse eller beskæftigelse

Forskningsspørgsmål

Følgeforskningen har til formål at undersøge indsatsernes betydning for elevernes trivsel og tager afsæt i forskningsspørgsmålet:

Hvordan bidrager udviklingsprojektet *Bedre mental trivsel hos unge på FGU* til arbejdet med at styrke elevernes trivsel på FGU Nordvestsjælland?

METODISK DESIGN

FGU Nordvestsjælland har tre skoler, der ligger i Holbæk, Svebølle og Fårevejle. Vi har besøgt hver skole to gange og indsamlet følgende empiriske materiale:

- 6 kvalitative gruppeinterviews med i alt 25 elever
- Ca. 50 timers etnografiske observationer af trivselstiltag
- 7 kvalitative interviews med i alt 18 undervisere og vejledere



PERSPEKTIVER PÅ TRIVSEL OG MISTRIVSEL I DANMARK

Projektet *Bedre Mental Trivsel hos unge på FGU* har igangsat forskellige konkrete indsatser med henblik på at styrke elevernes mentale trivsel. Projektet tager udgangspunkt i WHO's definition af mental sundhed, der defineres som en tilstand af trivsel, hvor det enkelte menneske kan udfolde sine evner, håndtere dagligdagens udfordringer og stress samt indgå i fællesskaber med andre mennesker (WHO, 2005).

I dansk kontekst udkom Trivselskommissionen i 2025 med en rapport, der anbefaler en bred definition af trivsel: både forstået som evner til at udvikle sig og udfolde sine evner, deltage aktivt i fællesskaber og håndtere perioder med modgang.

Forskningsmæssigt arbejdes der oftest med et komplekst trivselsbegreb, der rummer både individuelle og samfundsmæssige dimensioner. Dodge et al (2012) anskuer for eksempel trivsel som en tilstand af balance mellem individets mentale, sociale og fysiske ressourcer og de krav, omgivelserne stiller. Dermed får vi også øje på, at omgivelserne spiller en central rolle for unges trivsel. Det har man særligt blik for i den sociokulturelle forskning i trivsel, hvor faktorer som fx et øget tempo i hverdagslivet og en stigende præstationskultur i samspil med traditionelle udsathedsmarkører kan virke medskabende for den enkeltes trivsel (Görlich et al 2019; Katznelson et al, 2022). Nielsen og Rabøl Hansen (2021) påpeger derudover, at trivsel både kan forstås som et mål i sig selv og som en vej til udvikling og vækst – eller læring.

Indsatserne i BMT-projektet afspejler bredden af forståelser i feltet og adresserer flere aspekter af elevernes trivsel gennem fokus på sociale, personlige såvel som undervisningsorienterede dimensioner.

REFERENCER

Dodge, R., Daly, A. P., Huyton, J., & Sanders, L. D. (2012). The challenge of defining wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(3), 222–235.

Katznelson, N., Pless, M. & A. Görlich (2022). *Mistrivsel i lyset af tempo, præstation og psykologisering*, AAU.

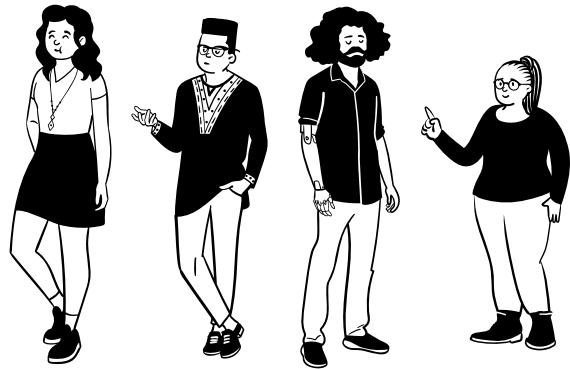
Görlich, A., Pless, M., Katznelson, N., & Graversen, L. (2019). *Ny udsathed i ungdomslivet: 11 forskere om den stigende mistrivsel blandt unge*. Hans Reitzels Forlag.

Nielsen, J. og Rabøl Hansen, H (2021) Skoletrivsel som velvære, virke og vellidthed. *Pædagogisk Psykologisk Tidsskrift*, 58 (1), 44-54

Trivselskommissionen (2025). *Et dansk svar på en vestlig udfordring: Trivselskommissionens afrapportering*. Børne- og Undervisningsministeriet.

WHO (2005). *Mental health: Facing the challenges, building solutions: Report from the WHO European Ministerial Conference*. WHO Regional Office for Europe.

TRIVSEL PÅ FGU



ET KIG IND I UNDERVISNINGEN

Døren til klasselokalet står på klem, og man kan allerede høre musikken inde fra rummet. Da eleverne drysser ind bliver de mødt med et "godmorgen" og en venlig kommentar: "Hold da op, du ser frisk ud i dag!" Smil og småsnak. De finder deres pladser, trækker jakken af, åbner deres projekter. Ingen bliver bedt om at gå i gang men alle gør det.

Rammen for arbejdet er en tværfaglig temauge som led i projektet Bedre Mental Trivsel. I dette rum arbejdes der med forskellige kunstprojekter under tema Kunst og Genbrug. I hjørnet maler læreren Maria selv på et lærred. Hun stopper op og spørger en af eleverne: "Hvad synes du – fungerer det her som baggrund?" Eleven kigger, nikker og kommer med et par forslag til farver. Eleverne spørger også hinanden til råds, hjælper med farver og udstyr.

Ved et staffeli taler en elev og en lærer om et billede af en pige med tårer i øjnene og analysen berører mistrivsel, stoffer og svære livsvilkår. Nogle elever har faglige spørgsmål til opgaven og søger sparring, mens andre kommer med musikønsker. Under arbejdet går snakken let og uformelt på kryds og tværs om, hvordan man har mødt sin kæreste og hvad weekenden er gået med. I de små pauser og glidende overgange tjekker lærerne løbende ind med hinanden for at analysere og koordinere: Hvem virker presset i dag? Hvem har trukket sig? Hvem har brug for lidt ekstra opmærksomhed og hvordan kan vi bedst støtte dem i at deltage?

Denne beskrivelse af en undervisningssituation er lavet på baggrund af vores etnografiske observationer. Det er en beskrivelse af en eksemplarisk situation, hvor trivsel kan 'mærkes' i rummet. Beskrivelsen illustrerer en række forskellige trivselsfaktorer, som bliver fremhævet som vigtige i denne rapport:

- ❖ Fleksible rammer.
- ❖ God stemning – et rart sted at være.
- ❖ Social tryghed og fællesskab mellem elever.
- ❖ Autentisk og tryk relation til lærere.
- ❖ Fagligt indhold der motiverer og opleves relevant.
- ❖ Lærere der bruger relationen som løftestang i det pædagogiske og faglige arbejde.

FOKUS PÅ TRIVSEL AFLÆSES AF ELEVERNE SOM ANERKENDELSE

Når man først spørger eleverne på FGU, hvad de synes om det særlige fokus på trivsel, fremhæver de følgende pointer:

De tager hensyn: Generelt mener eleverne, at det er vigtigt, at skolen har særligt fokus på mental trivsel. Dette fokus viser eleverne, at skolen tager hensyn til særlige behov på grund af diagnoser eller andre ting, der har indflydelse på elevernes skolegang. Det nævnes også, at det at have et trivselsfokus er en anerkendelse af, at mange har tidligere meget dårlige erfaringer fra folkeskolen og at skolen gør en indsats for at gøre det bedre.

Lyst til at komme: Når der er et særskilt fokus på mental trivsel, giver det eleverne mere lyst til at komme. De kan 'bedre trække vejret' og det giver motivation til at dukke op og faktisk deltage i aktiviteterne. Det nævnes også, at et trivselsfokus gør det nemmere at lære og tage viden ind. Flere forbinder trivsel med det generelle fokus skolen har på at følge eleverne tæt, have samtaler med dem, følge op og finde løsninger, hvis der er noget de har brug for hjælp med. Disse aktiviteter har stor betydning for elevernes trivsel.

At have det godt sammen: Det har ligeledes stor betydning for elevernes trivsel, at der er fokus på, hvordan man har det sammen på skolen og at man har det godt sammen med dem man går med. Det nævnes også, at det er positivt hvis der er tiltag, der gør, at man er mere sammen på tværs også i faglig sammenhæng ved at man fx besøger andre hold og laver noget på de andre værksteder.

At komme ud: Mange elever forbinder det at skolen har fokus på trivsel med at komme ud af klasseværelset eller værkstedet og gøre noget andet er det, de er vant til. Det betyder noget, at der sker en afveksling, at de bevæger sig og er sammen på andre måder. Der nævnes også skoleture i forbindelse med trivsel. Skoleture er udfordrende for mange men ofte på positive måder. Dette vender vi tilbage til senere i rapporten.

OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER

- På trods af at FGU i forvejen har fokus på elevernes trivsel og det er indbygget i deres tilgang til både elever, undervisning og håndteringen af mange udfordringer i skolens hverdag, så gør det en positiv forskel for eleverne, at skolen italesætter trivsel som en særskilt indsats på skolen.
- Navnet BMT lægger op til, at der er et særskilt fokus på *mental* trivsel men i praksis er det et noget bredere trivselsbegreb, der anvendes på skolerne og som adresserer trivsel i både individuelle, sociale og faglige sammenhænge.



Hvad tænker du? Hvad er trivsel? Hvad betyder det for dig?

Elev: Ja, at man har det godt med dem man går sammen med og ligesom gider at komme.

Tror I, at trivselsindsatserne hjælper på jeres vej?

Elev: Det giver overskud. Jeg vil sige, at det giver lidt mere sådan plads til at trække vejret, og så måske også lidt mere motivation til at komme (...) Og så også få den læring, som man får, så man faktisk kan opsamle viden. I stedet for, at hvis man går rundt og er stresset, og har angst, og er deprimeret, men ikke kan optage informationen og viden på den samme måde, som man vil, hvis man havde det godt. Det er en god ting at balancere det begge to på en lige linje, så man kan optage det godt som muligt også.

Hvad er trivsel for jer?

Elev: Det her med hvordan det er i klasserne og om man fungerer i klasserne og hvordan man fungerer i klasserne. Hvordan lærerne er hvis der er problemer, om de hjælper til at løse problemerne. Og om vi kan gå til vores skoleleder hvis vi har nogle problemer internt med lærerne eller. Og vi har også uddannelsesvejleder som vi også bare kan gå til. Så generelt trivsel for at vi har det godt på skolen og fungerer i klassen og vi har lyst til at møde i skolen.

UNDERVISERE UDFORDRER OG ER NÆRVÆRENDE

Et andet centralt element i elevernes oplevelse af trivsel er relationen mellem elever og undervisere.

Relationen til underviserne er afgørende for trivsel: Eleverne fremhæver relationen til underviserne som en af de vigtigste trivselsfaktorer på FGU. Mange oplever, at underviserne møder dem med gensidig respekt og en mindre hierarkisk tilgang, end de kender fra grundskolen. Det skaber en følelse af ligeværd, hvor eleverne kan være sig selv, dele personlige problemer og have det sjovt i løbet af skoledagen. Lærerne engagerer sig både i det faglige og sociale og er tilgængelige også udenfor undervisningen. Flere elever beskriver relationen som noget, der ligner et "venneforhold".

Ønske om at blive mødt som voksen og få indflydelse: Flere elever udtrykker et ønske om at blive behandlet som voksne, især når det gælder regler og forbud, fx brug af mobiltelefoner i undervisningen. De oplever frustration over, at reglerne ikke altid er ens på tværs af værksteder og fagtemaer, og at de ikke selv kan styre, hvornår telefonen må være fremme. Samtidig oplever de generelt, at der er plads til at diskutere og være uenige med underviserne, og at elevernes holdninger og ønsker bliver hørt også selvom de ikke altid får deres vilje.

Omsorg, fleksibilitet og motiverende forventninger: Eleverne oplever, at underviserne er oprigtigt interesserede i deres trivsel og møder dem med fleksibilitet og omsorg, når de har problemer eller bekymringer. Det betyder meget, at lærerne kan "tage temperaturen på rummet" og balancerer det faglige og sociale efter behov. Underviserne motiverer eleverne ved at vise tillid og stille høje, men realistiske forventninger, hvilket opleves som udtryk for tro på deres evner. Flere elever peger også på, at det styrker trivslen, når læreren husker deres navn, viser interesse for dem som personer og bidrager til et godt fællesskab på tværs af skolen.

OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER

- Underviser-elev-relationen er en grundlæggende faktor for elevernes trivsel og motivation i FGU-fællesskabet. Eleverne fremhæver især oplevelsen af fleksibilitet og at blive mødt og set, der hvor man er.
- Den tætte relation kan give anledning til gnidninger, særligt når underviserne stiller krav eller sætter grænser, som ikke opleves som helt ligestillede. Det udfordrer billedet af at blive mødt som voksen.
- Samtidig oplever eleverne, at relationen til underviserne rummer plads til uenighed og konflikt, uden at det forringer trivslen – tværtimod kan det styrke tillid og motivation, når eleverne oplever at blive taget alvorligt i dialogen.



Elev: Der er sgu ikke den lærer på den her skole, du ikke kan gå ind og snakke med. Der er så nogen, man hellere vil snakke med end andre. Men du kan fandme snakke med dem alle sammen.

Elev: Men bare generelt er lærerne... er nok noget af det vigtigste. Vi har jo været super heldige med vores lærere. Meget forstående, meget sjov lærer, men også seriøs, når det ligesom gælder. Og det er ligesom det, der gør, at man gider komme i skole.

Elev: (...)Det er ikke fordi, han har høje forventninger til mig. Han forventer bare, at jeg gør det, han ved, jeg kan. Han har nogle, ja, han har nogle høje forventninger til mig, det har jeg ikke noget imod. Fordi det giver mig sådan lidt, okay, han stoler faktisk på mig, han ved, jeg kan. Så det giver lidt mig sådan en boost i, at, okay, så skal jeg nok tage mig sammen.

Underviser: Der er jo ingen fordømmende tilgang. Der er en åben tilgang. Vi taler ikke ned. Vi taler i øjenhøjde. Og det er den respons vi får fra vores elever også. Det er at de tør godt at kramme os, de tør godt at komme og fortælle os det, der er svært. Og det gør de jo fordi vi møder dem. Og ikke bare af en eller anden voksen der står der med en halv pegefingert eller noget andet. Fordi det bruger vi ikke her.

ET KIG IND I UNDERVISNINGEN

Der lugter af træ og savsmuld i værkstedet. På et langt bord ligger store krydsfinerplader, og omkring dem står eleverne med målebånd, blyanter og modeller af cirkler i forskellige størrelser. De lægger modellerne op, roterer dem, flytter rundt, måler igen. Én noterer på et stykke papir, en anden bøjer sig ned og markerer en streg. Der bliver talt lavmælt sammen: "Kan den her være der?" – "Prøv at rykke den lidt." Det er matematikundervisning på PGU og eleverne arbejder på et projekt: en stor port, der skal bygges til indgangen ved den årlige SKVULP-festival i Holbæk. Det kræver præcise beregninger af areal og materialeforbrug, vinkler og længder.

Matematikken opstår, fordi arbejdet kræver det. Læreren bevæger sig roligt mellem grupperne. Hun stiller spørgsmål, peger, lægger et målebånd an. Elever, der sidder fast i en opgave, får hjælp til at komme videre af hende eller deres kammerater. Der er en vis ro i rummet, selvom maskinerne af og til larmer i baggrunden. Eleverne arbejder fokuseret fordi opgaven kræver det. Det er tydeligt, at det giver mening for dem. Matematikken bliver ikke en abstrakt størrelse, men noget, der sidder i kroppen, i hænderne, i materialet.

Nogle af eleverne er kommet sent. Ingen kommenterer det. En lærer nikker og smiler: "Godt, du kom." Eleverne bliver hurtigt hjulpet i gang og får en rolle i produktionen.

Denne eksemplariske beskrivelse har fokus på en fagfaglig situation, hvor undervisningen fungerer på en måde, hvor trivslen kan 'mærkes' i rummet. Den sætter spot på følgende pointer fra vores undersøgelse om de centrale faktorer for elevernes trivsel på FGU:

- ❖ Fagligheden som det fælles tredje.
- ❖ At lave noget til nogen gør at man føler sig nyttig.
- ❖ Kombination af boglig undervisning, værkstedsarbejde og tema øger relevans.
- ❖ Lærere er deltagende og giver sparring
- ❖ Fællesskab som løftestang for deltagelse.
- ❖ Den gode stemning, fleksibilitet og individuelle hensyn.

SOCIAL OG FAGLIG TRIVSEL KAN IKKE ADSKILLES

Både den sociale og faglige trivsel – og samspeilet dem i mellem – har stor betydning for eleverne:

Faglig og social trivsel hænger sammen: Det fremgår tydeligt, at eleverne forbinder faglig trivsel tæt med social trivsel. De fleste nævner sammenholdet og stemningen på holdet som det første. Men de nævner også, at det hænger uløseligt sammen med det faglige indhold. For nogle er det faglige vigtigere end det sociale, mens det er omvendt for andre. Eleverne oplever, at underviserne tager hensyn til dette ved at de fx sørger for, at alle har nogen at arbejde sammen med. Enkelte fortæller, at de har haft perioder med fravær, fordi der ikke var nogen på holdet, de fungerede godt med.

Ny viden: Faglig trivsel forbindes med det at tilegne sig ny viden og det er motiverende for eleverne, når de oplever at de får metoder eller teknikker, som de kan bruge, når de skal videre fra FGU. Det er vigtigt for de elever, der er uafklarede i forhold til fremtiden, at få ny viden for at de kan afprøve forskellige ting og træffe valg om uddannelse eller arbejde. Det fremgår også, at det styrker elevernes faglige trivsel, når eleverne selv introducerer nye elever både til skolen og holdet men også til det faglige og hvad de nye skal vide om fx keramik eller tømrerarbejde.

At producere styrker trivsel: De elever som er på værksteder, hvor de producerer ting, der anvendes eller sælges ud af huset, fortæller, at den form for undervisning er meget motiverende og styrker deres trivsel. Dette skyldes dels, at de oplever at være nyttige for andre og dels, at de oplever at lære bedst, når de har noget i hænderne.

Stemningen er vigtig: At der er god stemning i undervisningen, en uformel tone og 'hyggelig' omgangsform fremhæves af eleverne, som vigtigt for deres faglige trivsel. Stemningen kan imidlertid også virke forstyrrende for den faglige opmærksomhed. Det kan være, hvis der eksempelvis opstår uenigheder, er forskellige faglige tempi, elever der ikke deltager i undervisningen, regler der tolkes forskelligt af eleverne osv. Dette skaber uenigheder og frustrationer, som skal håndteres af underviserne.

OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER

- Det sociale og stemningen på holdet er centralt for den faglige trivsel – men den sociale trivsel kan også understøttes og opbygges gennem faglige aktiviteter.
- Det er centralt for elevernes faglige progression, motivation og trivsel, at de oplever at tilegne sig ny viden, metoder og teknikker, som de kan bruge videre frem.
- Det er vigtigt for eleverne, at forstyrrende elementer i undervisningen, der går ud over stemningen tages seriøst og at der lyttes til elevernes perspektiver.



Elev A: Jeg vil nok sige 40% er socialt, og 60% er fagligt. Fordi jeg vægter meget mere til det der med, at når jeg laver tingene rigtigt, og så bagefter måske at være social. Elev B: Jeg tror nok mere i 50-50 (...)Jeg tænker ikke, at det skal være et valg mellem, om man skal trives socialt og fagligt. Jeg tænker bare sådan lidt en blanding ikke.

Elev: De sørger i hvert fald for at hvis der er nogen man har det godt med, så får man også lov at arbejde med dem så det kan blive bedre. Og så hvis der er nogen man ikke bryder sig om, så ryger man ikke på en opgave med dem.

Elev: Jeg synes også, at det med at lave noget, altså, der føler jeg mig produktiv, jeg føler mig nyttig. Der er nogen, der har brug for en, og så føler man sig, hey, det her, det vil jeg faktisk ekstra gerne. Og så trives man så på den måde. Men når man har et eller andet i hånden, f.eks. når jeg laver ler, eller støber, eller med blomster, der føler jeg det faktisk næsten, en form for terapi for mig. Ja. På grund af, at der har jeg noget at lave, og jeg har noget, jeg kan fokusere på og slappe af i.

MANGE VEJE TIL TRIVSEL

Vender vi blikket mod underviserne, så kobler de først og fremmest trivsel sammen med det relationelle arbejde med eleverne. I udgangspunktet giver de fleste undervisere klart udtryk for, at eleverne skal trives socialt, inden den faglige udvikling kan komme i spil, men ser vi nærmere på det, træder følgende perspektiver frem:

Den flerdimensionelle trivsel: Underviserne ser generelt på trivsel som flerdimensionel, hvor personlige forhold udenfor skolen, de sociale relationer og fællesskaber på skolen, og det faglige indhold spiller sammen. I arbejdet med BMT-projektet har det dog især været den sociale trivsel, der har været i fokus, da mange indsatser har haft fællesskabende formål.

Faglig trivsel som forstyrrende begreb: At koble trivsel direkte sammen med det faglige uden den sociale dimension opleves af nogle undervisere som forstyrrende. Dette skyldes blandt andet at sådan en sammenkobling vækker associationer til en bredere samfundsdiskurs om præstation og faglige krav som underviserne oplever, at deres elever er særligt udsatte i. Mange beskriver FGU som et sted, hvor relationer og trivsel kommer først, i klar modsætning til eksempelvis folkeskolen, som mange elever har dårlige erfaringer med. Underviserne fremhæver, at FGU kan noget særligt i forhold til andre uddannelsesinstitutioner, netop fordi man ser det hele menneske og ikke reducerer eleven til faglige præstationer.

Det faglige rum som vej til trivsel: Selvom trivsel for mange undervisere primært forbindes med det sociale og relationelle beskriver flere, hvordan mestringsoplevelser samt faglig ros og anerkendelse bidrager væsentligt til elevernes trivsel. Dette gælder særligt i fag, hvor eleverne tidligere ikke har oplevet succes eller fået positiv feedback. Derudover bruges det faglige arbejde i værkstederne nogle gange som en form for afbræk fra personlige udfordringer eller som en ramme for samtaler, der ellers ville være svære at tage i en almindelig skolehverdag. Når man går og arbejder sammen, opstår der mulighed for at tale om noget svært på en måde, der opleves mere tryk og mindre konfronterende.

OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER

- Underviserne lægger vægt på social trivsel og relationer som en nødvendig forudsætning for faglig udvikling.
- Faglig trivsel kan opleves som et forstyrrende eller dobbelttydigt begreb, fordi det knytter an til en bredere præstationsdiskurs, som kan udfordre eleverne på FGU.
- I praksis skaber det faglige arbejde rum for trivsel, mestring og relationer. Det kan både fungere som afsæt for anerkendelse og som tryk ramme for svære samtaler og er dermed trivselsskabende.



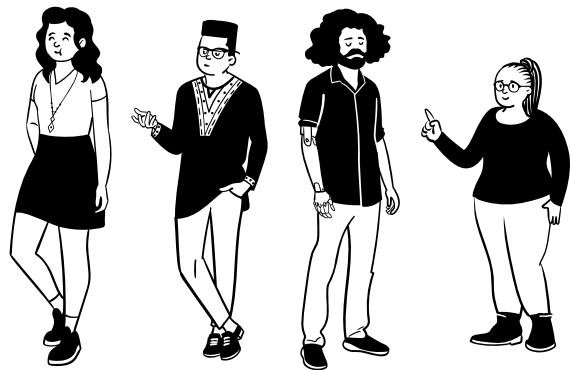
Underviser: Så er der dem hvor man passer rigtig meget på. Og hvor de er blevet mødt med det altid. Nå du kan jo heller ikke og du vil ikke. Hvor det er at de så møder en voksen, der lige pludselig siger. Ej for noget pjat. Det kan du godt det der. Hvor man så presser mere. Men det er at der er tid til det relationsarbejde der gør, at jeg kan nå at kende eleven så jeg ved hvem skal jeg presse og sige: Aaah du skal ikke have nedsat tid. Du skal lande. Det er jo lige så meget at de går hjem og føler: Hey hun tror sgu på mig selvom hun er lidt streng hende der.

Hvad betyder trivsel for jer her på FGU?

Underviser A: Ja, når det er FGU-regi, så tænker jeg, at det er noget med, at man faktisk har lyst til at komme her. Føler, at man er en del af det, der foregår. At man er en del af et fællesskab, og at man bliver bemærket, hvis ikke man er der. Og at man selv føler, at man kan bidrage med noget til det fællesskab. At der er nogle rammer, hvor man trives så godt, så man tør gi' lidt af sig selv. Og det kan jo være lige det modsatte, der sker. Og så lukker alt indlæringen ned. Det andet kommer sjovt nok meget af sig selv, hvis trivslen er på plads.

Underviser B: Men her på FGU, der er trivsel også det allervigtigste. At man trives. Så det er i hvert fald noget af det, som vi bruger rigtig meget energi på.

UDVALGTE TRIVSELSINDSATSER I BMT



VALGFAG SOM TRYGT RUM FOR MØDER PÅ TVÆRS

Som en del af BMT tilbydes eleverne på FGU Nordvestsjælland en række forskellige valgfag på tværs af deres stamhold. Valgfagene består af en række forskellige interessefag, der bl.a. indeholder aktiviteter med fokus på bevægelse, kreativitet eller andre rolige aktiviteter. Eleverne har følgende perspektiver på valgfagene:

Variation og valgfrihed skaber tryghed: Eleverne giver udtryk for, at de tilbudte valgfagsaktiviteter er tilpas varierede til, at der er noget for alle. Det fremhæves, at man ofte kan vælge mellem en fysisk aktivitet og en mere stille og rolig aktivitet, hvilket giver en vis fleksibilitet i forhold til at deltage i valgfagene. Man kan dermed vælge, hvad man vil deltage i alt efter dagsformen og det gør deltagelse i valgfagene til en tryk oplevelse og således også et positivt indslag i hverdagen for de fleste.

En mulighed for at møde andre på skolen: I valgfagene møder eleverne hinanden på tværs af hold og fagretninger, hvilket giver mulighed for at danne nye fællesskaber. Nogle oplever det som socialt sammenbindende og er meget positive overfor muligheden for at mødes på tværs. Andre synes dog, at det kan være grænseoverskridende at deltage i aktiviteter med elever, de ikke kender fra deres eget hold. Oplevelsen af valgfagene er således afhængigt af, hvordan man har det med at møde nye mennesker og fleksibiliteten er her vigtig for eleverne, så de oplever at der tages hensyn til dette.

Et afbræk fra det fagfaglige: Eleverne synes, at valgfag er et godt afbræk fra de almindelige undervisningsaktiviteter, hvor man kan få lidt ny luft og "strække kroppen på en anden måde". Særligt for elever, der ofte sidder med boglige opgaver, giver det god mening at skifte fokus. Nogle gange kan eleverne på værkstederne opleve afbrækket som påtvunget, fordi man hellere vil blive færdig med et projekt, man har gang i, som har faglig relevans.

At lære fra sig: Nogle elever oplever, at valgfagene tilbyder et rum for at bruge kompetencer, som de ikke så ofte kan anvende ellers i undervisningen. Disse elever tager et stort ejerskab for aktiviteterne og oplever en vis faglig trivsel i at lære fra sig til andre i forbindelse med valgfag, hvor deres kompetencer sættes i spil på andre måder.

OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER

- Valgfagene fungerer som en tryk og fleksibel ramme, hvor elever kan deltage på egne præmisser både fagligt og socialt.
- Valgfag kan bidrage med at skabe nye fællesskaber, men fleksibiliteten er vigtig for eksempelvis mindre socialt udadvendte elever.
- Gennem valgfag kan elever både vise kompetencer der ellers ikke kommer i spil og udfordres på nye arenaer. Det kan bidrage til at ændre elevernes positioner i undervisningen.



Hvad synes I om valgfag, hvordan fungerer det?

Elev: Jeg synes det er meget rart at kunne lave noget helt andet, end det du har lavet. Altså, om det så er, at du har mest lyst til at sidde og spille et spil, eller komme ud og røre dig. Altså, kunne bruge din krop og få brændt noget energi lidt af, ik'. Og så synes jeg, at det er tit meget forskellige valgfag, hvilket er fedt, fordi så er der højst sandsynligt et eller andet, du vil kunne lide.

Hvad er godt med valgfag?

Elev: Jamen også bare sådan, altså det gør ikke dagen så lang, fordi du, når du så spiser frokost, jamen okay, så har du lagt undervisning bag dig. Og jeg synes det er meget overskueligt at komme igennem en uge også, fordi der kun er den ene dag, hvor hele dagen er almindelig undervisning, ikke?

Hvad har fungeret særligt godt i BMT?

Underviser: Valgfag er virkelig noget, der har rykket. Fordi så ser man pludselig industriholdet, de sidder der med deres beskidte sorte fingre og strikker. Der var en periode, hvor vi simpelthen ikke havde Kreaklubben. Og så var der en, der kom op til os. Når kommer den igen? Okay, vil du virkelig gerne have, at den kommer igen? Så skal jeg nok lige sætte det i gang.

TURE UD AF HUSET ER UDFORDRENDE MEN ENGAGERENDE

Skolerne tilbyder som en del af BMT en række forskellige aktiviteter ud af huset som fx teatertur til København, museumsbesøg, koncerter og Tivolibesøg. Både elever og undervisere oplever turene som udfordrende, men positive:

Overraskende på en god måde: Flere af eleverne fortæller, at turene har gjort stort indtryk. Dette hænger især sammen med, at mange oplever en stor skepsis og nogle decideret modstand ved at skulle ud af huset, men er blevet positivt overrasket undervejs. Flere nævner et teaterstykke eller en udstilling, de ikke havde troet ville interessere dem, som viste sig at være spændende og vedkommende. Eleverne får dermed positive erfaringer med at åbne op overfor det ukendte.

Relationer i nye rammer: Turene ud af huset giver mulighed for at møde hinanden på nye måder. Aktiviteterne og de anderledes rammer fremhæves som en vigtig støtte til at danne nye relationer, både på tværs af hold og blandt dem, der normalt ikke taler sammen. Selve begivenheden rummer således nye kulturelle oplevelser men også vigtige sociale og relationelle oplevelser i forhold til turen til og fra og at snakke bagefter om oplevelsen.

Oplevelser der åbner op: Underviserne oplever, at når eleverne overkommer deres modstand mod at skulle ud af den trygge boble på skolen, så møder de nogle oplevelser, som mange ender med at engagere sig i. Formålet fra skolens side er at tilbyde kulturelle oplevelser, som mange ikke har haft med deres familier og det ender med at være engagerende oplevelser, som åbner elevernes blik for verden og for dem selv, samtidig med at der dannes nye relationer.

Læring på turen: Undervisere bruger i nogle tilfælde turene som nye rum for læring. Dette bidrager både til turens faglige relevans og til at åbne op for elevernes erfaringer med anderledes oplevelser, som også læringsmæssigt udvider deres blik på verden og på dem selv.

Ønske om indflydelse: Nogle elever efterspørger mere medindflydelse på hvilke ture, der arrangeres. De ønsker at turene skal opleves som relevante og meningsfulde – både personligt og fagligt. Underviserne peger dog på værdien af at udvide elevernes horisont og kulturelle erfaringer.

OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER

- Eleverne kan opleve det som meget udfordrende at være sammen med mange mennesker i uvante rammer. Samtidig er det netop disse små skub ud af det vante, der kan rykke grænser og styrke elevernes kompetencer socialt såvel som handlings- og læringsmæssigt.
- Turene bidrager væsentligt til at åbne op for elevernes verden både relationelt, kulturelt og fagligt og ofte oplever eleverne et stort engagement og dermed også værdi af opleve nye perspektiver på verden og på dem selv.



Hvad synes I om at være på ture ud af huset?

Elev: Det giver meget. Man bruger en dag, sammen med elever, som man normalt ikke bruger. Eller ja. Folk man normalt ikke går med i timerne på en hel dag, hvor det kun er en pause, man snakker sammen og sådan nogle ting. Som også gør det der med, at man er lidt mere blandet sammen.

Elev A: Vi har været i Tivoli. Det var hyggeligt nok. Så havde vi så nogle matematikopgaver med men man havde også fået turarmbånd. Så på fire timer, så skulle du lave din opgave. Så skulle du f.eks. tælle, hvor mange gange de bremsede under turen. Det fungerede fint, synes jeg. Det var meget nemme opgaver.

Elev B: Ja. Og så har man resten af dagen for sig selv med sine venner og gå rundt og nyde det.

Hvad kan sådan nogle ture bidrage med?

Underviser: Der er jo tit nogle der har det ret stramt med matematik og ligesom som, hvor matematiklæreren per definition ligesom er en fjende og det får man jo løst lidt op ved at matematiklæreren også sidder i bussen eller griner af en dårlig vittighed i bussen eller i teatret, eller hvor man nu er henne ikke eller får taget et skørt billede på et museum eller et eller andet ikke, så er man jo ikke, så man jo også bare et menneske trods alt, og er god nok faktisk.

DET SOCIALE MÅLTID KRÆVER RAMMER OG PLANLÆGNING

En del trivselstiltag har mad og spisning som omdrejningspunkt: morgenmadscafé, fællesspisning, frokostmåltid og diverse eftermiddags- og aftenarrangementer. Elever og undervisere fremhæver følgende:

Måltidet som pædagogisk tiltag. Frokostmåltidet er lovfæstet* og forpligter FGU at tilbyde et sundt frokostmåltid med det formål at give eleverne sund mad der serveres i rammer, som medvirker til at skabe fællesskab. Dette praktiseres forskelligt på de tre skoler. Man sidder enten i samme lokale samtidigt, spiser på skift eller henter mad og spiser på sit hold. Fælles er at eleverne skal sidde ved bordet i 15-20 min under måltidet uden mobiltelefoner. Underviserne oplever, at måltiderne dækker elevernes basale behov i stedet for 'junkfood', men også at det kan være udfordrende nogle dage at håndhæve mobilfri frokost. Der har været forsøg med alternativer til mobilen – fx et landkort hvor de skal finde bestemte byer for at rette deres fokus et andet sted hen.

Morgenmad er en del af kulturen. Selv om der tilbydes frokost har skolen valgt at beholde gratis morgenmad som en del af BMT. Det er en vigtig del af kulturen på skolen og en god start på dagen for eleverne både sundhedsmæssigt og socialt.

Måltidet har flere sider. Nogle elever synes det er udfordrende at skulle spise med mange mennesker og folk de ikke kender, men samtidigt oplever underviserne at det også gør en positiv forskel at have faste rammer for det sociale måltid. Nogle elever har kun lidt social energi og når de har haft undervisning, har de brug for en pause. Flertallet har dog en positiv oplevelse af frokostmåltidet og synes det har en god effekt på fællesskabet men det kræver tilvænning.

Måltidets rammer. I BMT har man med indsatsen 'Agoraen' skabt fysiske rammer, der er hyggelige og hvor fællesskaber folder sig ud. Dette ses i sammenhæng med både måltider og festlige arrangementer som fællesspisning, fredagsbar, Halloweenfest etc. Det at spise eller feste sammen understøttes dermed ikke kun af selve aktiviteten men også af de rammer, det foregår i.

OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER

- Umiddelbart kan det virke simpelt at tilbyde måltider for eleverne som ramme til at skabe og udvikle fællesskaber. Det er dog helt centralt at disse gennemtænkes, planlægges og rammesættes for at tage hensyn til forskellige elevers behov.
- Det er vigtigt at gøre måltiderne til en del af kulturen i forhold til de rammer, der ønskes for at skabe fællesskaber i eller på tværs af holdene. Ligeledes er det vigtigt, at de fysiske rammer støtter op om at gøre det til hyggelige begivenheder.
- Aktiviteter om eftermiddagen og aften bruges ikke kun til at skabe fælles aktiviteter på tværs men også for at optjene ferie. Dette øger motivationen og giver mulighed for deltagelse. Især hvis eleverne inddrages i aktiviteter og planlægning.



Elev: Hvis jeg kunne snakke med min bedste ven konstant, så ville jeg nok gøre det. Så ville jeg ikke sidde og snakke med en eller anden fra BBA, bare fordi jeg skulle. Men der er jo den der med, hvis man kan vælge, så gør man, hvis man ikke kender personen. Så jeg synes, enten så skal man beholde det, som vi gør nu, eller så skal man sige, prøv at høre, de her dage her sidder I ved tværs af holdene, hvor I siger, okay, så er kommunikation sammen med BBA, eller whatever, for ligesom at få det der fællesskab.

Underviser: Der er jo mange elever, der kommer og siger at de ikke kan spise sammen med andre mennesker. Så går der få uger, så begynder det at køre alligevel. Men altså også fordi, de skal sidde der. Så hvis man er sulten, og man sidder der og kigger på de andre, der spiser. Så på et tidspunkt finder man ud af, at det er lige så godt, at vi sidder inde og sidde der. Om det så bare er et stykke frugt eller et eller andet. Ja. Og det er også det, fordi når de starter, så siger jeg jo altid, at vi mødes jo altid hernede og spiser morgenmad sammen. Man behøver ikke spise, hvis man ikke lige har lyst til det. Men man skal være her sammen med de andre.

* <https://www.uvm.dk/-/media/filer/uvm/udd/fgu/pdf22/240927--vejledning-til-lov-og-bekendtgoerelse-om-forberedende-grunduddannelse-fgu-ua.pdf>

BEVÆGELSE SOM ALTERNATIVT LÆRINGS- OG RELATIONSNUM

Skolerne har på forskellige måder arbejdet med bevægelse som en del af BMT, både som separat indsats og som valgfag. Elever og undervisere har følgende perspektiver på dette:

Give plads til en anden udfoldelse: Flere elever peger på, at det giver god mening for dem at have bevægelse på skemaet. Det fungerer som et afbræk til den faglige undervisning og skaber mulighed for at være sammen på en anden måde. De oplever særligt at kunne fjolle og grine sammen og snakke sammen på andre måder end de gør i klasseværelset.

Nye positioner bliver mulige: Potentialet i bevægelsesaktiviteter er særligt relevant for elever, der oplever den faglige undervisning som udfordrende. På grund af tidligere dårlige erfaringer med fx dansk eller matematik risikerer disse elever at ende i fastlåste positioner i den traditionelle undervisningskontekst. Dermed kan disse undervisningstimer være præget af stor modvilje, hvilket kan ende med at skabe stor frustration for både elever og undervisere. Bevægelsesaktiviteter bliver dermed et velkomment åndehul både for elever og undervisere, hvor elever får mulighed for at være i skolefællesskabet på en anden måde, ligesom underviserne kan se og opleve andre sider af dem.

Rammesætning er vigtig: Flere undervisere pointerer, at mange elever har dårlige erfaringer med idræt i folkeskolen og at det derfor er vigtigt, at bevægelsesindsatser rammesættes med dette in mente. Det kan fx betyde, at man lægger bevægelse ind som dagens sidste aktivitet, så eleverne har mulighed for at gå i bad derhjemme. En anden opmærksomhed er selve aktiviteten. Ofte vælges sportsgrene som fx badminton som er nemt at lære og kan spilles i mindre hold end fx fodbold, hvor nogle få, ofte mandlige, elever risikerer at blive meget dominerende. Valget af aktivitet kan dermed skabe mere ligestillede vilkår for at alle elever kan deltage, engagere sig og have det sjovt.

OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER

- Når bevægelsesaktiviteter rammesættes med blik for elevernes tidligere erfaringer og valg af aktiviteter skabes nye deltagelsesmuligheder med plads til leg, latter og socialt samvær. Der åbnes nye positioner for eleverne, hvor de deltager i fællesskabet uden de faglige barrierer, som præger andre undervisningssituationer.
- For underviserne åbner bevægelsesaktiviteterne muligheder for at se andre sider af eleverne og møde dem i mere uformelle relationer. Bevægelse bliver dermed ikke blot et afbræk men en alternativ pædagogisk arena, hvor både fællesskab og anerkendelse kan udfolde sig på nye måder.



Hvordan kan I sådan mærke, at det er en anden måde at være sammen på?

Elev 2: Det er lidt useriøst (latter), tror jeg man kan sige, kan man sige det sådan? Ja det tror jeg, jeg tror, det var det rigtige ord... Lidt mere useriøst, det ikke fordi du sidder i skole, og så skal du lave en opgave, og så snakker du i timen, altså sådan noget er det ikke.

Elev 1: Man kan også, ja man også fjolle mere rundt med hinanden.

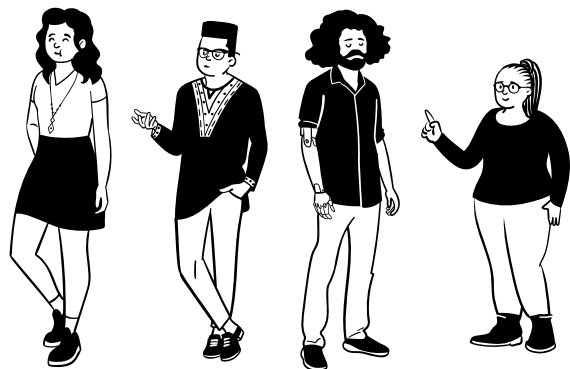
Elev 2: Ja præcis.

Elev 1: Og så kommer man også tættere på hinanden på den måde.

Kan I fortælle om bevægelsesprojektet som en del af BMT?

Underviser: Bevægelse (...) er mere systematisk kommet på skemaet, og det er fordi, vi har haft det her BMT ikke... Og det, vi er faktisk der nu hvor at altså, jeg lavede en spørgerunde nede på mit hold, hvor at 9 ud af 12 elever sagde, at det her var de rigtig glade for, de var rigtig glade for bevægelses delen ikke.

UNDERVISERPERSPEKTIVER



BMT GØR FÆLLESSKABER STÆRKERE PÅ TVÆRS

BMT er for underviserne kommet oven i deres øvrige arbejde og nogle har derfor oplevet det som ekstraarbejde. Projektet var initieret af institutionens ledelse, og særligt starten af projektet var karakteriseret ved uklarheder. Underviserne opbyggede over tid ejerskab over projektet og har gennem projektperioden gjort sig en række erfaringer, som påvirker deres faglighed og kollegaskab i dag. Hvis vi ser på gevinsterne ved BMT-projektet, fremhæver underviserne følgende:

Trivsel er kernen: Underviserne fremhæver, at trivselsarbejdet er en del af FGU's kerne og dermed altid i fokus. Alligevel har BMT bidraget væsentligt, især ved at give plads til at afprøve, eksperimentere og reflektere i fællesskab med de andre medarbejdere. Projektet har givet anledning til fælles tænkning omkring, hvordan man kan arbejde med trivsel og hvad man ønsker at styrke og blive bedre til fremadrettet. Og det har givet mulighed for at afprøve ting, der ikke er lykket og som man vælger ikke at gå videre med, såvel som at se andre tiltag lykkes og se værdien af at arbejde videre med dem efter projektets afslutning.

Et stærkere kollegaskab på tværs: En vigtig og for nogen lidt overraskende gevinst ved projektet har været det styrkede samarbejde blandt underviserne på tværs af hold og afdelinger. BMT har skabt anledning til at mødes, dele erfaringer og lære hinanden bedre at kende på tværs af fagtemaer og hold på de enkelte skoler og på tværs af skoler. Det har styrket det kollegiale fællesskab og givet plads til værdifuld sparring og udveksling mellem de tre afdelinger i FGU Nordvestsjælland.

Relationerne til elever styrkes: Flere af BMT-indsatserne har handlet om at lave aktiviteter på tværs af hold og elevgrupper og/eller at ændre på rammerne for undervisningen – fx ved at tage på ture ud af huset. At se og være sammen med eleverne i andre rammer er også meningsfuldt og givende for underviserne, som oplever det som en ny mulighed for at skabe tillidsfulde relationer og lære eleverne bedre at kende udenfor de vante roller og rammer på skolen.

OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER

- Trivselsarbejde i BMT-projektet har ikke kun handlet om eleverne men også om de relationelle og faglige fællesskaber blandt medarbejdere. Projektet har åbnet nye rum for refleksion, faglig sparring og kollegialt samarbejde og har skabt et fælles afsæt for at gentænke og udvikle trivselspraksisser.
- Når undervisere gives mulighed for at eksperimentere og erfaringsudveksle i fællesskab styrkes både samarbejdet internt og relationerne til eleverne. Trivsel viser sig her som noget, der vokser frem i forbundethed – ikke kun i den enkelte aktivitet, men i de sociale og pædagogiske praksisser, der opstår omkring den.



Hvordan har BMT-projektet spillet ind i det generelle trivselsarbejde på FGU?

Underviser: Man kan se og høre, altså der er meget mere larm på gangen her, men fordi de hygger sig på tværs. Så jeg synes, der har været stor effekt af de initiativer. Der er kommet mere bevidsthed, tror jeg, omkring det også på tværs. På tværs af skolerne. Der er også nogle arrangementer på tværs af skolerne, faktisk. Det der med, at der er blevet skabt rum for, at vi som dem, der er ansatte, kan prøve at lægge hovederne i blød i forhold til, hvad kan vi gøre. For egentlig, det er jo ikke raketvidenskab. Det er ret simpelt. Det er mere det der med at få rum for at kunne få det udviklet og få sat det i værk også.

Er der noget, der har overrasket jer ift. BMT-projektet?

Underviser: Altså jeg tror (...), hvis det er ansattes perspektiv, så de dage vi har haft på tværs, hvor vi har skulle snakke om trivsel og været sammen med vores kollegaer fra de to andre skoler, de har gjort meget for os som kollegafællesskab. At vi har set hinanden mere, så det ikke er så fremmed, når vi skal være sammen, at det ikke er så fremmed at skulle ringe til en kollega fra en anden skole for at få noget sparring eller et eller andet. Og det der med at vide, at man ikke er den eneste, der står med det. Det kan jo være guld værd i sig selv. Når man så har nogen at drøfte med. Og det er jo en bevidsthed vi har fået.

DET FÆLLESSKABENDE UDVIDER LÆRINGSRUMMET

Konkret fremhæver underviserne, at flere af BMT-indsatserne har styrket trivlsen på forskellige måder:

Valgfag som trivselsbærende succes: Underviserne oplever, at valgfag er en af de store trivselsmæssige succeser på skolen. De skaber møder på tværs af hold og fagretninger og styrker følelsen af fællesskab. Samtidig har valgfagene åbnet nye rum, hvor elever kan skifte positioner og afprøve aktiviteter, der ikke nødvendigvis matcher de vante forventninger til dem. Valgfagene opleves derudover som et stressfrit rum med færre forventninger og en anden energi men stadig med mulighed for faglighed. Det giver eleverne mulighed for at være sammen i nye former for undervisning og samvær, hvor engagement og hygge er i centrum.

Ture som en pædagogisk løftestang: Ture ud af huset giver meget både for individuelle elevers horisont og kulturelle erfaringer men også for det sociale fællesskab i klassen og skolen. Underviserne oplever, at eleverne er meget mere sammentømrede på kryds og tværs efter en tur ud af huset, og at de snakker mere og bedre med elever fra andre hold. Turene giver desuden mulighed for at øve nogle livsfærdigheder sammen fx i forhold til offentlig transport, eller hvordan man begår sig i nogle rum, som eleverne ikke altid har prøvet at være i før.

Fællesskabet som kernen: Udover valgfag og turene peger underviserne også på andre vellykkede aktiviteter med et klart fællesskabsfokus. Ét eksempel er indsatsen 'Erhvervstræning', hvor et helhedsorienteret forløb omkring praktikansøgning blev bygget op. Gennem støtte til at udarbejde CV'er, kontakte virksomheder og identificere egne styrker, opstod et fælles engagement i gruppen, hvor eleverne hjalp og støttede hinanden. Et andet eksempel er en fraværskonkurrence, hvor flere hold i en periode konkurrerede om lavest fravær. Med snacks, fællesspisning og god stemning som belønning, opstod en stærk fælles motivation og et positivt socialt pres, hvor elever fx fulgtes i skole. Konkurrencen i sig selv var midlertidig, men den fælles ånd og opmærksomhed viste sig at have en varig effekt både på fraværet og fællesskabet.

OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER

- De trivselsindsatser, som undervisere fremhæver som særligt vellykkede, har til fælles, at de skaber udvidede læringsrum både fysisk, socialt og pædagogisk. Det gælder fx ture ud af huset, valgfag og særligt rammesatte forløb som 'Erhvervstræning'.
- I fællesskabende aktiviteter får eleverne mulighed for at møde hinanden på nye måder, afprøve sig selv i andre positioner og indgå i fællesskaber præget af gensidig støtte og socialt engagement.



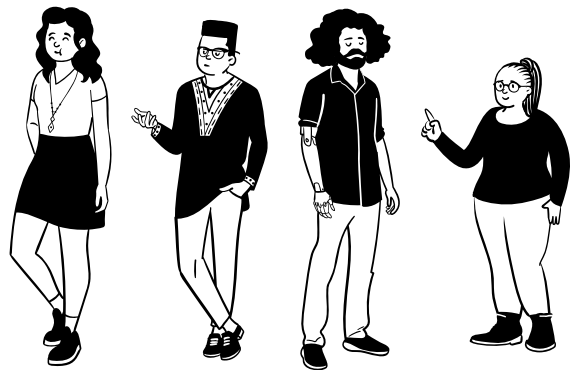
Hvad var særligt med Erhvervstrænings-forløbet?

Underviser: Vi gjorde sindssygt meget ud af at sørge for at alle lykkedes. Det blev sådan en helt fælles ting, som man blev sådan helt høj af. At alle skulle komme af sted. Og de begyndte at hjælpe hinanden med at finde praktikpladser og sådan noget. Og så sluttede vi forløbet af med at man jo ligesom havde nogle styrker, som passede til at man havde lykket sig der hvor man var. Så det her med at alle har en hylde - alle har nogle styrker som passer et sted i denne verden. Og at man var nysgerrig på hvad hinanden havde lavet. Det blev så bare sådan et fælles projekt som alle blev stolte af. Fordi alle var interesserede i at alle kom ud i praktik.

Hvad lærte I af den konkurrence?

Underviser: Noget af det vi tager med fra sådan en øvelse her, det er det her med, hvor utroligt vigtigt det er, at de forstår hele den her fællesskabsting. Altså det der med, at vi alene som lærere kan jo ikke, men kammeratrelationer og "jeg kommer lige forbi, og så kan du køre med mig" kan noget. Så, altså når de bliver mobiliseret, så kan vi meget mere. Det er jo meget interessant at finde ud af, jamen hvad er det for nogle ressourcer, der er i sådan et klasserum. Det er jo det der med, at man har lyst til at være en del af noget, som er større end en selv.

KONKLUSIONER

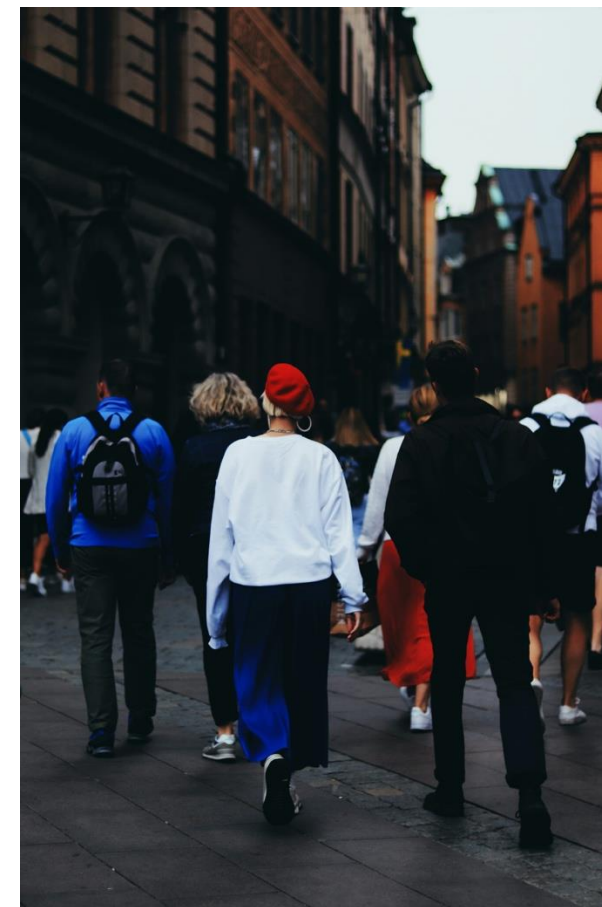


SAMLET BLIK PÅ TRIVSEL OG FÆLLESSKABER I BMT

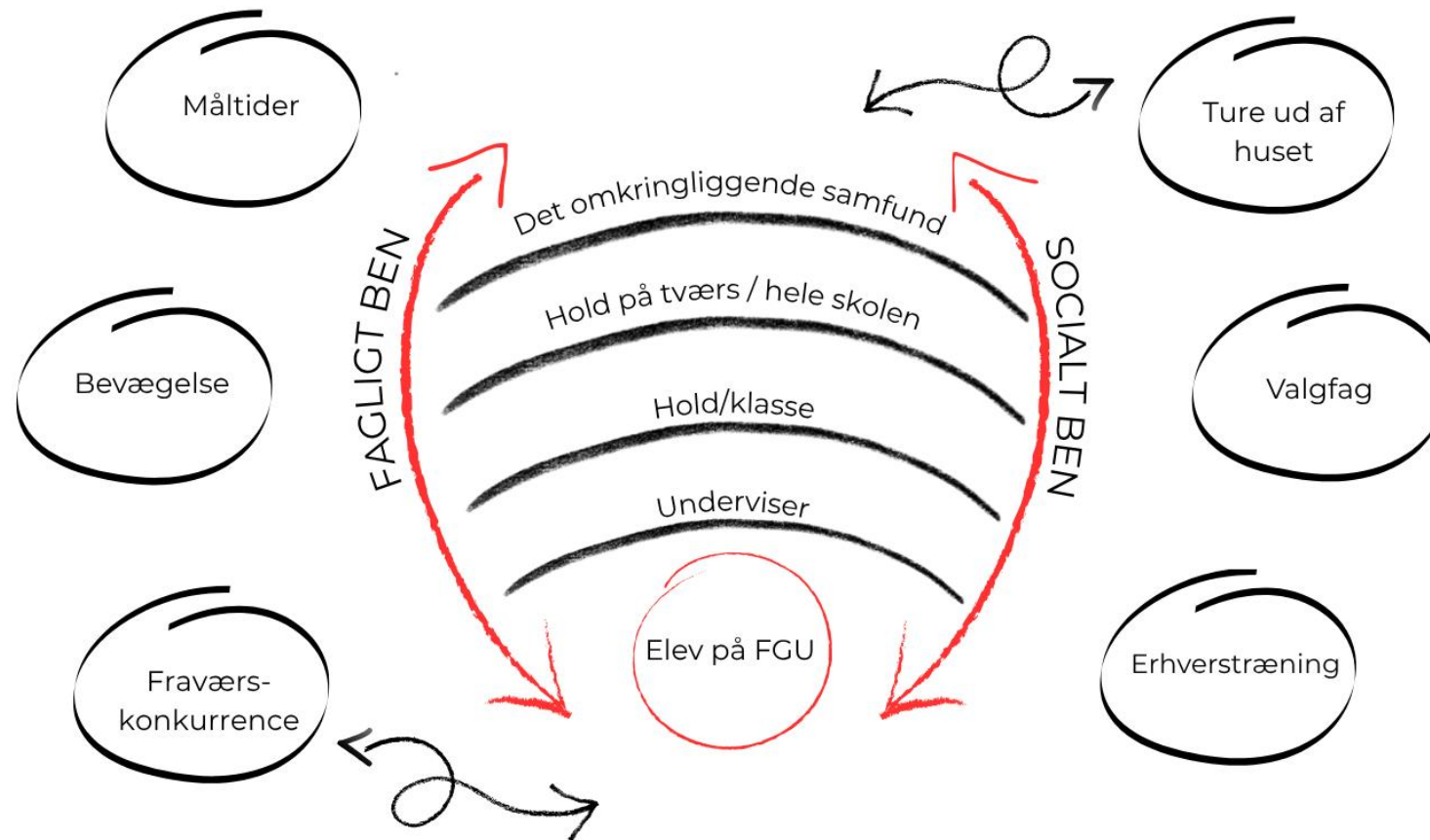
Erfaringerne fra BMT-projektet viser, at trivsel ikke alene kan forstås som et individuelt fænomen. Trivsel på FGU bliver også til i et samspil mellem eleverne, deres undervisere og andre fagprofessionelle, skolens fællesskaber, fagligt indhold og de konkrete rammer for skolens hverdag. Trivsel på FGU skal altså forstås som et dynamisk fænomen, der opstår og udvikles i de mange fællesskaber og praksisser, som elever og medarbejdere indgår i og hvor både relationer, rammer og aktiviteter spiller tæt sammen. Rapporten peger derfor på følgende centrale tværgående indsigter:

- **Særskilt fokus på mental trivsel er produktivt:** Selvom elevernes trivsel altid er i fokus på FGU, giver det mening for både elever og undervisere at have et særskilt fokus. Det giver nye muligheder og nye måder at tale om trivsel på.
- **Relationer er omdrejningspunktet:** Både elev-elev og elev-underviser-relationer er grundlæggende for trivsel. Når undervisere og elever får mulighed for at eksperimentere og erfaringsudveksle, vokser nye sociale og faglige fællesskaber frem. Trivsel er forbundet med deltagelse, anerkendelse og fælles refleksion både i og uden for undervisningen.
- **Fleksible rammer og aktiviteter åbner muligheder.** Valgfag, ture, fælles måltider og bevægelsesaktiviteter skaber nye rum for fællesskab, deltagelse og social udvikling. Det er centralt, at der er plads til at inddrage elevernes perspektiver og tilpasse indsatserne efter elevernes forskellige behov og erfaringer.
- **Rum for faglig refleksion og erfaringsudveksling blandt medarbejdere:** Det er afgørende for trivselsarbejdet på skolen, at medarbejderne får mulighed for faglig refleksion, udvikling og kollegial sparring. Dette giver plads til at gentænke praksis, styrke sammenhængen i skolens trivselsindsatser og sikre deres forankring i FGU's overordnede formål og praksis.

Ser vi på, hvordan BMT samlet set har styrket elevernes trivsel, kan dette illustreres i følgende model:



BMT-INDSATERNES DIMENSIONER



Denne model har til hensigt at illustrere de forskellige lag som en elev på FGU indgår i, både i forhold til det faglige og sociale. Modellen synliggør, hvordan BMT-projektets aktiviteter retter sig mod elevernes forhold til omverdenen i flere niveauer. For eksempel skaber aktiviteterne under overskriften 'Ture ud af huset' mulighed for at styrke og nuancere forholdet til både undervisere, hold, på tværs af hold og til det omkringliggende samfund. Aktiviteten åbner således for nye relationelle muligheder, der både favner sociale og faglige og dimensioner, og dermed bidrager til at udvide og forandre eksisterende relationer.

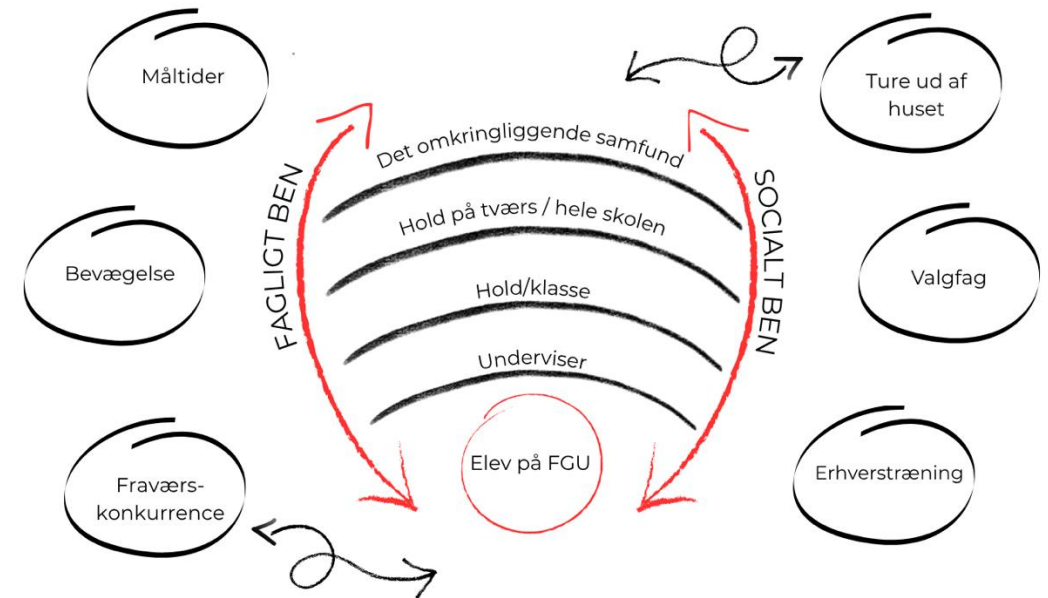
HVORDAN HAR BMT BIDRAGET TIL TRIVSEL?

Helt grundlæggende peger vores følgeforskning af BMT-projektet på, at arbejdet med trivsel på FGU rummer et fagligt og et socialt ben. BMT-indsatserne har på forskellige måder, når de er lykkedes, bidraget til at åbne op for elevernes faglige og sociale formåen, både i de fortættede relationer til underviserne, til holdet, til skolen og det omkringliggende samfund. Gennem indsatser koblet op på for eksempel bevægelse, måltider, valgfag og ture ud af huset, er der opstået mulighed for styrket trivsel.

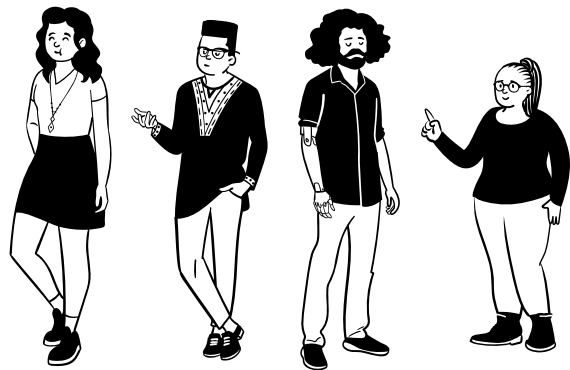
BMT giver mulighed for at dyrke og udvikle aktiviteter, der tager afsæt i det skolerne gør i forvejen indenfor rammerne af FGU, men også tager det nogle skridt videre. Som forskere, der har fulgt BMT, synes bidraget særligt at være en dimension af trivsel som handler om at åbne op for omverdenen og styrke elevernes tryghed og tillid. Det gælder både i forhold til holdet, skolen og på tværs af skolerne.

Samlet set bidrager BMT således med at løsne op og smidiggøre elevernes bevægelser frem og tilbage mellem de forskellige relationelle lag: en-til-en-relationer, det sociale på holdene, det sociale på skolen og det omkringliggende samfund. Denne smidiggørelse illustreres i modellen.

BMT-projektet har qua sit særlige fokus på bedre *mental* trivsel haft et primært fokus på 'det sociale ben'. Der kunne således være potentialer i en tilsvarende fokuseret og systematisk indsats over tid, som i højere grad adresserer 'det faglige ben', velvidende at det faglige og det sociale er tæt integreret.



METODER OG REFERENCER



EMPIRISK MATERIALE

Følgforskningen har foregået i to runder, hvor hver runde indeholder interviews og observationer på hver af de tre deltagende skoler. Den første runde af skolebesøg strakte sig fra april 2024 til januar 2025, med 2 dages besøg på hver skole. Runde to fandt sted i april og maj 2025, hvor vi har været ude én dag på hver af de tre skoler.

| Elever | Holbæk | Svebølle | Fårevejle* | i alt |
|--------------------|--------|----------|------------|-------|
| 1. runde interview | 4 | 2 | 5 | 11 |
| 2. runde interview | 4 | 7 | 4 | 15 |

*en elev deltog i begge interviews

| Undervisere | Holbæk | Svebølle | Fårevejle* | i alt |
|--------------------|--------|----------|------------|-------|
| 1. runde interview | 3 | | 3 | 11 |
| 2. runde interview | 4 | 4 | 4 | 12 |

*hvoraf 3 i fokusgruppe og én i enkeltinterview

Alle deltagere er blevet informeret om undersøgelsens sigte og alle oplysninger, der kan spores til enkelte personer er blevet anonymiseret. Al data er blevet opbevaret i overensstemmelse med gældende GDPR-regler og vil blive slettet efter projektets afslutning.

Interviews med elever

Vi har lavet 6 fokusgruppeinterviews med i alt 25 elever fra en bred vifte af fagtemaer og med progressionsmæssig variation. Eleverne er mellem 16 og 24 år. Spørgeguiderne har været forskellige i første og anden runde interviews. I første interviewrunde har vi spurgt ind til temaer vedrørende unges oplevelser med FGU, deres deltagelse i trivselsindsatser og deres perspektiver på, hvordan trivsel kan se ud og understøttes. I anden interviewrunde har vi haft særligt fokus på elevernes erfaringer med de konkrete trivselsaktiviteter og deres vurdering af, hvad der gør en forskel for deres trivsel og hvordan.

Gruppeinterviews, undervisere

Vi har udført 7 gruppeinterviews med undervisere og vejledere, samt ét enkeltinterview. I alt har vi talt med 18 fagpersoner. I disse interviews har fokus været at blive klogere på pædagogiske og didaktiske tiltag og hvilke udfordringer og muligheder fagpersonerne oplever i forhold til trivselsarbejdet. Vi har særligt haft fokus på undervisernes og vejledernes erfaringer, perspektiver og praksisser i forhold til at forstå, fremme og integrere trivsel i undervisningen og hverdagen på FGU.

Observationer

I løbet af følgforskningens periode har vi observeret både den almindelige undervisning – i værksteder og klasselokaler – og nogle af de trivselsindsatser, der er blevet iværksat som en del af BMT. Herunder f.eks. Motion, idrætsprojekt, tværfaglig temaug, elevrådsmøde samt et "personalemøde" med repræsentation fra elever og undervisere. Derudover har vi deltaget i frokost og haft uformelle samtaler med undervisere i pauser etc.

LITTERATURLISTE

Andersen et al. (2020) *Danskernes mentale sundhed: Udvikling, baggrund og konsekvenser*. Rockwool Fonden.

Dodge, R., Daly, A. P., Huyton, J., & Sanders, L. D. (2012). The challenge of defining wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(3), 222–235.

EVA (2021). *Evaluerings- og følgeforskningsprogrammet for FGU. Første delrapport. Målgruppe for FGU og den kommunale ungeindsats*. Danmarks Evalueringsinstitut

Görlich, A., Pless, M., Katznelson, N., & Graversen, L. (2019). *Ny udsathed i ungdomslivet: 11 forskere om den stigende mistrivsel blandt unge*. Hans Reitzels Forlag.

Jeppesen, P. et al (2020). *Mental sundhed og sygdom hos børn og unge i alderen 10-24 år: forekomst, udvikling og forebyggelsesmuligheder*. Vidensråd for Forebyggelse,

Katznelson N, Görlich A, Pless M. (2022) *Mistrivsel i lyset af tempo, præstation og psykologisering. Om ny udsathed i ungdomslivet*. Aalborg Universitetsforlag

Nielsen, J. og Rabøl Hansen, H (2021) Skoletrivsel som velvære, virke og veltid. *Pædagogisk Psykologisk Tidsskrift*, 58 (1), 44-54

Ottosen, M.H., Andreasen, A.G., Hestbæk, A-D., Lausten, M., Rayce, S.B. (2018). *Børn og unge i Danmark – velfærd og trivsel*, VIVE

Sundhedsstyrelsen (2022). *Danskernes Sundhed – Den Nationale Sundhedsprofil, 2021*

Santini, Ekholm et al. (2022) Higher levels of mental wellbeing predict lower risk of common mental disorders in the Danish general population, *Mental Health & Prevention*, 2022;26

Trivselskommissionen (2025). *Et dansk svar på en vestlig udfordring: Trivselskommissionens afrapportering*. Børne- og Undervisningsministeriet.

VIVE (2019). *Unge uden job og uddannelse– hvor mange, hvorfor, hvorhen og hvorfor? En kortlægning af de udsatte unge i NEET-gruppen*, VIVE

WHO (2005). *Mental health: Facing the challenges, building solutions: Report from the WHO European Ministerial Conference*. WHO Regional Office for Europe.