

Bostøtte - mental sundhed og trivsel



Beskrivelse

Viborg Kommunes Bostøtte (psykiatri) støtter og vejleder borgere over 18 år med psykiske og sociale problemstillinger.

Dette forløb har fokus på mental sundhed og trivsel, og eleverne møder fagpersoner og evt. psykisk sårbar ung tilknyttet Viborg Kommunes Bostøtte (psykiatri) - på jeres skole eller i ét af Bostøttens lokaler efter aftale.

Undervejs i forløbet arbejder hele klassen med:

- mental sundhed og trivsel
- hvad man kan gøre for at hjælpe sig selv og andre unge
- hvilken støtte Viborg Kommune tilbyder (Det konkrete indhold og organiseringen af mødet aftales lokalt mellem Gitte og den tilmeldte skole.)

Materialet til brug før og efter mødet er udpluk fra Tro, Tanker og Trivsel -et undervisningsmateriale, udviklet af mindU, der er et forebyggende oplysningsinitiativ udviklet af Det Sociale Netværk om psykisk sårbarhed og mental trivsel blandt unge 13-15-årige.

Forløbet kan tænkes tværfagligt og berører området indenfor Fælles Mål i fagene: Dansk, samfundsfag samt uddannelse og job.

Aktiviteter

Eleverne kommer til at arbejde med forskellige blik på det at være psykisk sårbar: Deres egen forståelse, beretninger fra unge, der selv har oplevet psykisk sårbarhed og kommunale repræsentanternes viden og erfaring.

Undervejs kommer eleverne til at:

- definere psykisk sårbarhed
- møde fagpersoner fra Viborg Kommunes Bostøtte (psykiatri) og evt. en psykisk sårbar ung - på jeres skole eller i ét af Viborg Kommunes lokaler for psykisk bostøtte efter aftale.

Det konkrete indhold og organiseringen af mødet med Viborg Kommunes Bostøtte bygger på en lokal aftale, som indgås mellem Gitte og den tilmeldte skole.

- skrive et debatindlæg om mental sundhed og trivsel.

Forløbets 'forberedelse' og 'efterbehandling' forestås af klassens egne lærer(e) ud fra mindUs

undervisningsmateriale - begge dele kan justeres i forhold til klassens behov og forudsætninger.

Forberedelse

1. Aktivér elevernes forforståelse for psykisk sårbarhed. Lad f.eks. eleverne diskutere psykisk sårbarhed i grupper.
2. Læs side 4 i mindUs materiale om 'unge og mental sundhed og trivsel', og lad derefter eleverne søge flere oplysninger om psykisk sårbarhed.
3. Herefter kan eleverne i grupper sammen formulere deres egen definition af psykisk sårbarhed.
4. Læs den korte introduktion og se videoen om Viborg Kommunes Bostøtte (psykiatri) på hjemmesiden og formulér spørgsmål til bostedets fagpersoner.

Ønskes en udvidet forberedelse, kan man benytte følgende aktiviteter:

- Dilemmakort fra mindU: Kan du holde på en hemmelighed?
- Aktiviteter om styrker: Inderst inde - hvem er jeg? og mindUs tyrkekort

Se links til alt ovenstående findes under 'undervisningsmateriale'.

Efterbehandling

1. Eleverne revurderer i grupper deres definitioner af psykisk sårbarhed og formulerer evt. en nu.
2. Læs sammen debatindlægget "Opråb fra en gymnasieelev: Vi er ikke dovne og uoplagte, vi er trætte og udkørte".
3. Herefter skriver eleverne et deres eget debatindlæg ud fra et fælles emne, som alle elever arbejder med, eller lade hver elev vælge et emne, de synes er spændende.
Emner kan fx være ensomhed, angst, stress, depression, selvskade, 'det perfekte' eller noget helt syvende.
(se side 8-9 i mindUs materiale eller brug gyldendals skriveskabelon til debatindlæg)

Ønskes en udvidet efterbehandling, kan man benytte følgende aktiviteter:

- Arbejds med Gyldendals forløb 'Ro på - detbat om det gode ungdomsliv'.
- Lav en skolekampagne om mental sundhed og trivsel med inspiration fra side 12-14 i mindUs materiale.
- Lav et forslag til en handleplan for mental sundhed og trivsel med inspiration fra side 15-16 i mindUs materiale.

Se links til alt ovenstående findes under 'undervisningsmateriale'.

Formål

Formålet med forløbet er, at:

- øge unges viden om mental sundhed og trivsel
- styrke unge i at tale om de udfordringer, de selv slås med
- se, hvilke muligheder de har for at hjælpe hinanden, og hvilke tilbud Viborg Kommune har.

Eksempler fra Fælles Mål:

Dansk

- Der arbejdes indenfor kompetenceområdet 'fremstilling', hvor eleven kan udtrykke sig forståeligt, klart og varieret i skrift, tale, lyd og billede i en form, der passer til genre og situation. Med særligt forkus på 'fremstilling'.
- Der arbejdes indenfor kompetenceområdet 'kommunikation', hvor eleven kan deltage reflekteret i kommunikation i komplekse formelle og sociale situationer. Med særligt forkus på 'dialog'.

Samfundsfag - Der arbejdes indenfor kompetenceområdet 'sociale og kulturelle forhold', hvor eleven kan tage stilling til og handle i forhold til sociale og kulturelle sammenhænge og problemstillinger. Med særligt fokus på 'socialisering'.

Uddannelse og job - Der arbejdes indenfor kompetenceområdet 'fra uddannelse til job', hvor eleven kan vurdere

sammenhænge mellem uddannelser og erhvervs- og jobmuligheder.

Sted

Mødet kan foregå på jeres skole eller i ét af Viborg Kommunes Bostøttes lokaler.
Mødestedet planlægges i samarbejde med afdelingsleder Gitte R. Skaarup.

Undervisningsmateriale

PRIMÆRT materiale

Undervisningsmateriale fra mindU: Tro, Tanker og Trivsel

PRIMÆRT materiale

Hjemmeside for Viborg Kommunes Bostøtte (psykiatri)

PRIMÆRT materiale

Debatindlæg: Opråb fra en gymnasieelev: Vi er ikke dovne og uoplagte, vi er trætte og udkørte

PRIMÆRT materiale

Skriveramme fra Gyldendals danskportal: Debatindlæg

SEKUNDÆRT materiale

Dilemma kort fra mindU: Kan du holde på en hemmelighed?

SEKUNDÆRT materiale

Inderst inde: Hvem er jeg?

Ark med styrkekort

Beskrivelse af styrkekort

SEKUNDÆRT materiale

Forløb på Gyldendals danskportal: Ro på - debat om det gode ungdomsliv

Tilmelding

Beskrivelse af tilmeldingsprocedure

Tilmelding til forløbet sker ved direkte kontakt til afdelingsleder Annette Ravn Sørensen.

anrs@vibrg.dk

Tlf.nr. 51 44 84 62

Praktisk information

Udbyder

Viborg Kommunes Bostøtte (psykiatri)

Efter aftale

Periode

Hele året

Varighed

Forberedelse og efterbehandling tilrettelægges af klassens lærer(e) og kan variere.
Selve mødet planlægges i samarbejde med afdelingsleder Gitte R. Skaarup.

Dette forløb er gratis

Emneområde

Sundheds- og seksualundervisning
Trivsel og fællesskaber
Tværfaglige tilbud
Uddannelse og job

Fag

Dansk
Obligatoriske emner
Samfundsfag



Transporttilskud

Det er muligt at søge transporttilskud til dette forløb.

Kontakt udbyder

Viborg Kommunes Bostøtte (psykiatri)

St. Sct. Hans Gade 6, 1. og 2. sal

8800 Viborg