

PSYKISK SUNDHED OG TRIVSEL

- hos unge under uddannelse



- til dig, der arbejder med unge
på UNGDOMSUDDANNELSER



PSYKISK SUNDHED OG TRIVSEL - hos unge under uddannelse

Undersøgelser viser, at mange unge mistrives. Der kan være mange årsager til mistrivsel, men psykisk sårbarhed eller psykisk sygdom af forskellig art og sværhedsgrad nævnes som en væsentlig faktor.

Medarbejdere kan i hverdagen med rette komme i tvivl om, hvordan de bedst understøtter den unge med disse udfordringer. Der efterlyses i stigende grad viden og redskaber.

Målgruppe

Undervisere, mentorer, studievejledere, ledere og øvrige medarbejdere, der har daglig kontakt med unge under uddannelse på ungdomsuddannelser, FGU og lignende.

Formål

- Skabe dialog om psykisk sundhed, psykiatriske diagnoser og trivsel på jeres uddannelsessted
- Sætte fokus på trivsel og relationer
- Tilbyde konkret viden og inspiration med udgangspunkt i jeres erfaringer og viden.

Uddannelsessteder er forskellige og har forskellige behov. Derfor er der også mulighed for at sammensætte indholdet i tilbuddet ud fra dette.

Der vil altid være et formøde, hvor indhold, forventninger samt tidsperspektiv afstemmes.

Undervisere og booking

Underviserne har alle erfaring med sårbare unge og har arbejdet med psykisk sygdom, psykisk sundhed og mestring.

Booking og forespørgsel kan ske ved henvendelse til PsykInfo-konsulent Liselene Pedersen på mail: Liselene.Pedersen@rsyd.dk eller tlf. 9944 4546.

Pris

Tilbuddet er gratis og afholdes på uddannelsesstedet.

Modul 1 ► Psykisk sundhed og trivsel på ungdomsuddannelser

Det kan i dagligdagen være svært som medarbejder at opdage, hvis elever ikke trives. Når psykisk mistrivsel opstår, vil der ofte være en glidende overgang fra trivsel til mistrivsel til eventuel psykisk sygdom.

Mange unge kan i perioder helt naturligt være triste eller bekymrede. Der er mange nuancer i spil i de unges liv, og i dette modul er der fokus på, hvad I som uddannelsessted kan være opmærksomme på. Modulet lægger op til at skabe dialog om psykisk sundhed og mistrivsel på ungdomsuddannelser.

- Hvilke tegn på mistrivsel skal undervisere og andre medarbejdere være opmærksomme på i samarbejdet med de unge?
- Hvordan støttes de unge i uddannelsesregi, hvis der er tegn på mistrivsel?
- Hvor er der yderligere hjælp og støtte at hente?

Modul 2 ► Viden om psykiatriske diagnoser

Nogle unge har en psykiatrisk diagnose eller er psykisk sårbare, hvilket kan påvirke deres uddannelse. Det er hensigtsmæssigt, at medarbejdere kender til de forskellige udfordringer, som en diagnose eller psykisk sårbarhed kan medføre for at kunne understøtte elevens trivsel, læring og gennemførelse.

Dette modul indeholder konkret viden om forskellige psykiatriske diagnoser, og hvilke udfordringer de kan medføre i en uddannelsesmæssig kontekst.

- Hvordan kan diagnoser, som fx angst, autisme, depression, ADHD, personlighedsforstyrrelser m.fl., påvirke muligheden for læring hos den unge?
- Hvordan kan unge med psykiatriske diagnoser eller psykisk sårbarhed støttes i uddannelsesmæssig sammenhæng?
- Hvordan kan læringsmiljøet tilrettelægges så hensigtsmæssigt som muligt?

Modul 3 ► Hvad kan I gøre for psykisk sårbare elever?

Det kan være svært i en travl hverdag at få tid til at omsætte gode intentioner til konkrete ændringer i praksis. I dette modul er der mulighed for at skabe dialog om, hvordan I konkret kan sikre et godt trivsels- og læringsmiljø for sårbare elever, klassen og uddannelsesstedet som helhed. Indholdet aftales nærmere med uddannelsesstedet og kan fx indeholde:

- Hvilke områder, mener I, er vigtige at have fokus på i forhold til trivsel?
- Hvordan skabes der optimal trivsel hos jer?
- Hvordan skabes der åbenhed om psykiske udfordringer, så tabuer nedbrydes?
- Hvilke konkrete tiltag kan iværksættes og hvordan?

Modul 4 ► Besøg af en EN AF OS-ambassadør eller "Lån en levende bog"

Der er mulighed for besøg af en EN AF OS-ambassadør*, der fortæller sin personlige beretning. Beretningen handler om at være under uddannelse og samtidig skulle leve med en psykiatrisk diagnose eller psykisk sårbarhed. Der vil være fokus på, hvilke behov der kan opstå under uddannelse og hvordan disse kan støttes.

Ud over en personlig beretning kan konceptet "Lån en levende bog"* også inddrages. Her er der mulighed for at gå i dialog med flere EN AF OS-ambassadører omkring trivsel under uddannelse. I oplægget vil der efterfølgende være dialog og spørgsmål bl.a. om, hvorledes en psykiatrisk diagnose kan italesættes i forhold til den enkelte elev, klassen og trivslen på uddannelsesstedet som helhed.

* EN AF OS-ambassadører har personlige erfaringer med psykiske udfordringer. Med afsæt i egne oplevelser og mestringsstrategier er målet at bryde med tvivl, tabu og tavshed om psykisk sygdom - se mere: www.en-af-os.dk

PsykiInfo
Psykiatrisk Informationscenter
Lille Grundet Hulvej 7, bygning N
7100 Vejle
Tlf. 9944 4546
www.psykinfo.regionsyddanmark.dk

...følg os på
Facebook og Instagram



16549 - Grafisk Service, Region Syddanmark - 06.2020

EFTER PSYKINFO-MODULERNE ER DER FLERE MULIGHEDER

- I vil som uddannelsessted altid have mulighed for at booke flere moduler eller gentage disse til forskellige medarbejdergrupper.
- Der tilbydes mulighed for efterfølgende sparring målrettet medarbejdergrupper. Formålet hermed er, at udfordringer, problemstillinger og tiltag bliver et fælles anliggende og ikke den enkelte medarbejders opgave og ansvar.
- PsykiInfo kan altid kontaktes med henblik på råd, vejledning og sparring til elever, forældre og medarbejdere. Kontakten er gratis og anonym og kan foregå telefonisk, via mail/sms, online eller ved et personligt møde.
- Vejledning til elevråd vedrørende trivsel på uddannelsesstedet.
- PsykiInfo arrangerer flere gange årligt informationsmøder mellem uddannelsesstederne og psykiatrien. Se mere på www.psykinfo.regionsyddanmark.dk.
- På www.regiontrivsel.dk er der en opdateret liste over, hvor der er hjælp og støtte at hente.
- PsykiInfo kan kontaktes vedrørende materiale: Plakater, foldere, litteratur etc.

VI TRÆFFES PÅ:

Tlf. 9944 4546

Åbningstider: Mandag, tirsdag, onsdag og fredag kl. 9.30 - 14.30 og torsdag kl. 13.30 - 17.30

Mail: psykinfo@rsyd.dk

Hjemmeside: www.psykinfo.regionsyddanmark.dk

Kontaktperson: PsykiInfo-konsulent Liselene Pedersen
Liselene.Pedersen@rsyd.dk

