

Jagten på det perfekte liv

Jagten på det perfekte liv kan ikke vindes. Man er aldrig tilfreds, fordi det altid kan blive lidt bedre.

Unge har forskellige opfattelser af, hvad det vil sige at klare sig godt. For nogle unge betyder det at klare sig igennem en ungdomsuddannelse og efterfølgende få et job eller at videreudanne sig. For andre betyder det at klare sig godt at yde det perfekte – hver gang.

Unge, der jagter det perfekte, oplever ofte utilfredshed med egne præstationer. De rammes oftere af stress og har svært ved at slappe af.

Hvordan kan vi hjælpe perfektionistiske elever?

Du kan som lærer/vejleder hjælpe perfektionistiske elever ved at:

- Formulere realistiske krav og forventninger til skolen og opgaver
- Undgå at skabe en konkurrencementalitet blandt eleverne
- Anerkende elevernes forskellige kompetencer
- Anerkende elevernes læring og udvikling fremfor deres præstationer
- Hjælpe eleverne med at prioritere deres tid