

Sådan skaber vi rammerne for det gode sociale liv på vores kurser

Byd velkommen til LOF

Hos LOF Øresund skal alle føle sig velkomne.

Der er mange grunde til at deltage i LOF's kurser. Man kommer for at lære, for at inspireres og for at udvikle sine evner sammen med andre. Man kommer for det høje faglige niveau.

Vi ved også, at når at så mange kursister sæson efter sæson fortsætter på et hold, hænger det sammen med de sociale relationer, den gode stemning og med at man nyder samværet om en fælles interesse. Man bliver glad af at gå i aftenskolen*.

I LOF Øresund vil vi gerne leve op til ansvaret for at styrke trivlsen i aftenskolen. Retningslinjerne her skal ses som en hjælp og en inspiration til LOF's undervisere og indeholder anvisninger til, hvordan man med konkrete handlinger kan bidrage til trivlsen på holdene. Princippet tager udgangspunkt i lærernes egne erfaringer**

Vi udbyder mange forskellige kurser og aktiviteter fra bevægelseshold og sprogkurser til kreative fag og foredrag. Vi har hold med fysisk fremmøde og underviser online. Holdene er forskellige, kursisterne er forskellige og det vil derfor også være forskelligt, hvordan retningslinjerne bruges i praksis, og om alle punkterne er relevante. Men fælles er et fokus på, at alle skal føle sig velkomne i et socialt miljø med plads til den enkelte.

**Se undersøgelse fra Videnscenter for Folkeoplysning, Vifo: Aftenskolerne understøtter kursisters mentale sundhed (vifo.dk)*

***Retningslinjerne er udviklet på et lærermøde august 2022 og efterfølgende udviklet og formuleret af en arbejdsgruppe af undervisere og skoleleder.*

LOF er partner i ABC for mental sundhed og inspireret af principperne om at forbedre den mentale trivsel gennem handlinger i hverdagen.

[LOFkurser.dk](https://lofkurser.dk) | 49 26 02 88 | info@lofkurser.dk



SÅDAN GØR VI

Underviserens rolle

Som underviser er man den opmærksomme vært, der har blik for at alle føler sig godt tilpas. Underviseren påtager sig sin del af ansvaret for den gode stemning.

Når et nyt hold begynder

- vil vi gerne sikre, at alle bliver introduceret til hinanden, og undgå forvirring over hvad der skal foregå.

- Lav et velkomstopslag på døren, så det er nemt finde.
- Lav en navnerunde (evt. i form af en lille leg).
- Tal med kursisterne om forventningerne til holdet.

Når der kommer en ny kursist midt i sæsonen

- vil vi gerne sikre, at nye kursister føler sig godt modtaget, og undgå at vaner og sammenhold skaber en stemning af indspisthed.

- Tal gerne kort med den nye, inden undervisningen starter.
- Anvis evt. en plads.
- Lav en ny navnerunde og introducer den nye til holdet.
- Vær opmærksom på ikke at tale for indforstået.
- Informer om undervisningen, faste vaner og praksis på holdet (hvordan forløber undervisningen, holder man kaffepause etc.).

Når holdet er i gang

- vil vi gerne fremme situationer, hvor det er naturligt at tale sammen på tværs af holdet, og undgå at nogen føler sig udenfor.

- Bryd evt. op i de faste pladser (fx hvis der er gode og dårlige pladser i lokalet).
- Overvej om du kan bryde op i sociale konstellationer fx ved gruppearbejde etc.
- Giv plads til alle, og respekter at hver er i sin egen proces. Hav gerne alternative øvelser parat, hvis deltagerne er på forskellige niveauer.
- Gennemfør gerne en kort evaluering undervejs.

Når nogen er fraværende

- vil vi gerne sikre, at det er nemt at vende tilbage til holdet, også selvom man er gået glip af nogle mødegange, og vi vil undgå at nogen føler sig glemt.

- Tag gerne kontakt på SMS eller telefon.

