

Case: FGU (Forberedende Grund Uddannelse)

Vitaliseringspsykologien i sving.

Morten Munch – stifter af cfvs.dk – Center for Vitaliserende samtaler

Dorte Skou – Pædagogisk konsulent – FGU syd- og Midtfn.

Hvor er vi i uddannelseslandskabet.

FGU er tænkt og designet til at være en central del af løsningen på, at 45.000 unge i alderen 15-24 år er uden tilknytning til job eller arbejdsmarkedet (2018)

FGU-skolerne åbnede deres døre i august 2019. Planen var klar, alle unge i Danmark skulle gøres klar, have kompetencerne og motiveres til at få et job eller gå videre i uddannelse.

Opgaven er på en gang yderst kompleks og samtidig lige til.

De unge skal på FGU-skolerne udvikle faglige, sociale og personlige kompetencer. Skolerne skal kunne inkludere mange "typer" af unge, men fælles for dem alle er, at de ikke tager den lige vej. Gruppen er fyldt med energi og livsbaner, der kalder på en inkluderende skole. En skole, der kan og vil tænke ud af boksen. Den helhedsorienterede undervisning er et af udtrykkene for den nye praksis, som skal udvikles på skolerne.

Oftest er de unge optaget af en håndværksmæssig retning. Det kan være indenfor køkken, musik, auto, byg og bolig mm. Her skal de unges verden gå, og skolerne skal udvikle og understøtte de nødvendige faglige, personlige og sociale kompetencer hos den enkelte og skabe berigende fællesskaber.

Et helt konkret greb for skolerne er *forløbsplansamtaler*, der foregår en gang om måneden og har til formål dels at zoomes ind på den unges faglige, sociale og personlige kompetencer, og dels på deres progression kombineret med at indfange elevernes oplevelse af at være i travsel. At indfange travsel og udvikle kompetencer kan oftest opleves som to forskellige ting, men i denne artikel vil vi påstå, at de er komplementære.

Men hvordan kan man indfange det?

Kan Vitaliseringspsykologien give en retning i dette arbejde?

- JA - og på FGU Syd og Midtfn har man valgt at være en Vital FGU-skole

Når man spørger Ene Wolfsberg (direktør på FGU Syd-og Midtfn), hvorfor de har valgt denne tænkning i deres arbejde, så er svaret klart:

- Hvem ønsker ikke at være den "livsgivende" skole for unge, der har brug for at opleve mening og tilhørsforhold?
- En tænkning der arbejder med de unges behov for at blive mødt på deres psykologiske grundbehov: "Se mig som den jeg er" - "Lad mig høre til" - "Vis mig hvem jeg kan blive" og "Udfordre mig uden at knægte mig", er en fantastisk ramme for os som skoleform at arbejde ud fra.

- Det giver os som organisation nogle pejlemærker at stræbe efter og hele tiden spejle os selv i forhold til vores kerneopgave, som er at skabe grobund for at unge får succes i eget liv og oplever sig set og anerkendt, som dem de er.
- Når vi arbejder med psykologiske grundbehov og det at anerkende livet, som byder på balancer og ubalancer – så kan vi også meget lettere udfordre os selv og hinanden på at anerkende og udvikle et meget mere helhedsorienteret kompetenceblik på os selv og de unge!
- I denne forbindelse indfanger vitaliseringstænkningen kompetencebegreb om Kvalificeret selvbestemmelse de Faglige, Sociale, Personlige og Refleksive kompetencer. Dette er en gave i forhold til den opgave, vi er sat i verden for"

Og hvad er vitaliseringspsykologien?

Vitaliseringspsykologien er udviklet af Jan Tønnesvang, der er professor og institutleder på psykologisk institut ved Aarhus Universitet. Vitaliseringspsykologien har et særligt fokus på menneskers psykologiske grundbehov og arbejder med et bredt kompetencebegreb.

Det handler om at fremme forståelsen af den betydning de psykologiske behov har for menneskers motivation, og for hvordan de unge forvalter deres energi og engagement i deres livsopgaver.

De fire psykologiske grundbehov er:

- Autonomi – også kaldet "Se mig som den jeg er"
- Tilhør – "Lad mig høre til"
- Mening – "Vis mig hvem jeg kan blive"
- Mestring – "Udfordre mig uden at knægte mig"

Vitaliseringsmodellen kan indfange vores grundbehov og give os en forståelse af, hvordan vi kan være med til at skabe psykologisk ilt for dem vi arbejder med.

Unge er kendetegnet ved at være et sted i deres liv, hvor de går fra at være børn til at være voksne. I denne periode vil unge mentalt og følelsesmæssigt være på overarbejde. Derfor giver den vitaliserende tilgang rigtig god mening, da den kan understøtte og hjælpe unge med at forstå og handle i denne proces.

Når man i vitaliseringspsykologien dykker ned i mestringsbehovet, og hvilke kompetencer, der hører til dette, så opstår muligheden for "kvalificeret selvbestemmelse". Her åbner der sig en forståelse af, at alle har evner og talenter, og at der er *fire kompetenceområder*, hvor talenter kan udvikles og blomstre.

- Faglige og tekniske kompetencer.
- Sociale kompetencer.
- Personlige/sensitive kompetencer
- Refleksive kompetencer.

Kompetencer er noget vi bringer med os i de aktiviteter, vi beskæftiger os med, uanset om det er i skole eller fritid.

Alle fire kompetencer er centrale i udviklingen af det hele menneske.

Hvordan arbejder FGU Syd- og Midtfn konkret med vitaliseringsmodellen?

Alle medarbejdere og ledelse har været igennem et uddannelsesforløb, der har fokuseret på brugen af kvas-vitaltænkningen i dagligdagen. Dette forløb har været et aktionslæringsforløb med fokus på at få erfaringer og refleksioner om anvendelsesmuligheder i et FGU - perspektiv.

For at sikre at det blev en fast del af kulturen, blev der taget to centrale greb,

1. Alle elever arbejder sammen med deres undervisere om kvas-vital status i deres forløbsplansamtaler. Samtalerne finder sted en gang om måneden. I disse samtaler vil eleven være i dialog med deres undervisere om, hvordan de oplever, de bliver mødt på deres psykologiske grundbehov på deres FGU-skole. Dette giver undervisere og elever en unik mulighed for at snakke om balancer og ubalancer og iværksætte handlinger i forbindelse med mistrivsel, eller usikkerheder omkring fremtiden. Helt konkret arbejder de med nedenstående model.

Vitaliseringsanalyse Navn: _____

MESTRING

Medspillende modspil

Aktuelt: _____

Ønskeligt: _____

Første skridt: _____

MESTRING - At mestre mine opgaver -

Jeg oplever, at jeg mestre mine opgaver (1-10) liv? _____

Meget ← 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 → Lidt

Meget ← 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 → Lidt

Meget ← 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 → Lidt

Meget ← 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 → Lidt

MENING

Organisering - Retning

Aktuelt: _____

Ønskeligt: _____

Første skridt: _____

ØNNEVEM

Organisering - Retning

Aktuelt: _____

Ønskeligt: _____

Første skridt: _____

Navn: _____

Jeg oplever mening med mit _____ liv?

Meget ← 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 → Lidt

TILHØR - At høre til -

TILHØR

Fællesskab - Samhørighed

Aktuelt: _____

Ønskeligt: _____

Første skridt: _____

AUTONOMI

Anerkendelse - Respekt

Aktuelt: _____

Ønskeligt: _____

Første skridt: _____

AUTONOMI

Anerkendelse - Respekt

Aktuelt: _____

Ønskeligt: _____

Første skridt: _____

Vitaliseringsanalyse
Copyright © Jan Tønnesvang, 2014



2. I dialogen indfanges de unges ejerskab over eget liv – dette gøres i tænkningen vedrørende "kvalificeret selvbestemmelse" (kvas). Eleven får mulighed for at udfolde deres kompetencer i en helhedsforståelse. Det sikrer et bedre og bredere blik på den enkelte. Her indfanges faglige, sociale, personlige og refleksive kompetencer. Eleven og underviseren sætter sammen mål og delmål for den næste måned. Helt konkret arbejder de med nedenstående model.

Kvalificeret Selvbestemmelse Navn: _____

Elevens betingelser for udvikling af teknikalitet / faglighed

Teknikalitet

Status: _____

Mulighed: _____

Første skridt: _____

Elevens betingelser for udvikling af socialitet / relationer

Socialitet

Status: _____

Mulighed: _____

Første skridt: _____

Engagement

↑

↓

Engagement

Elevens betingelser for udvikling af refleksivitet / omtanke

Refleksivitet

Status: _____

Mulighed: _____

Første skridt: _____

Elevens betingelser for udvikling af sensitivitet / følelser

Sensitivitet

Status: _____

Mulighed: _____

Første skridt: _____

↑

↓

Selv-opsamling

Navn / Billede

KVAS
Copyright © Jan Tønnesvang, 2014



FGU Syd- og Midtfn har nu i 2 år arbejdet med denne struktur, og erfaringerne er generelt, at eleverne får mere ejerskab over egen skolegang samt udtrykker ønsker og drømme for fremtiden. Samtidig har elev og medarbejder fået et fælles sprog til at skabe liv og retning for individet og fællesskabet – Der er lavet en lille film, hvor eleverne sætter nogle ord på, hvad denne tænkning har betydet for dem, denne kan ses her <https://photos.app.goo.gl/Q78zXgu3oF176Sk18>

3. Alle teams har fået deres egen "værktøjskasse". Her ligger grundmaterialet omkring kvas-vitaltænkningen. De fylder deres særlige kendetegn og fagligheder ned i deres kasse. Dette artefakt sikrer, at medarbejderne på FGU Syd- og Midtfn har et fælles fagligt sprog. Der er lavet en kort film med medarbejdere, der fortæller, hvad denne tilgang har betydet for dem - denne kan ses her: <https://photos.app.goo.gl/omaxQF7g6Gk9if3u8>

Vejen for FGU er ny - men en ting er sikkert, det er en fornøjelse at være med til at skabe livsgivende (vitaliserende) uddannelsesmiljøer, og være med til at uddanne kvalificerede selv- og medbestemmende unge. Det er en kæmpe gave til både de unge og til vores samfund.

Litteratur.

<https://tidsskrift.dk/psyke/article/view/23400/20441>

https://klim.dk/files/assets/smagsproever_mm/vitalisering03.pdf

<https://www.tokeagerschou.dk/assist> assist@tokeagerschou.dk