

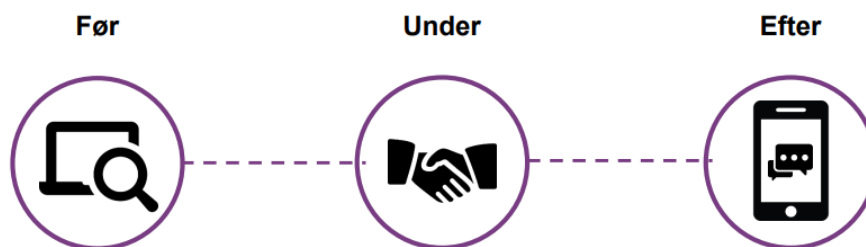


Det gode kursusforløb

Kære underviser i LOF

I LOF bestræber vi os altid på at give deltagerne den bedste oplevelse, når de følger et kursus. Som underviser i aftenskolen spiller du en vigtig rolle. Flere af vores tidligere deltagere har svært ved at vænne sig til at tage del i aktiviteter sammen med andre efter corona-nedlukningen. Derfor fokuserer vi lige nu særligt på, hvordan vi modtager vores deltagere, og hvordan vi skaber trygge og gode rammer om oplevelsen af læring.

Som underviser i LOF er du vores nøgleperson i kontakten til deltagerne. Vi ved, at du gør dit bedste for at give deltagere en faglig kompetent undervisning og samtidig skabe den bedste stemning. Dette notat samler en række konkrete idéer og anvisninger til dig, der vil gøre deltagernes oplevelse af aftenskolen endnu bedre.



- Vi møder hinanden med et smil
- Vi holder den gode tone og venlighed
- Vi føler os set og anerkendt



1. Før kursusstart

Holdbeskrivelsen

Tænk over, hvilke informationer, den kommende deltager får, når de har fundet dit kursus på vores hjemmeside. Rammer holdbeskrivelsen målgruppen? Inviterer teksten målgruppen indenfor?

En ny deltager vil gerne vide:

- Hvem henvender kurset sig til?
Beskriv om kurset er til mænd, kvinder, begyndere, øvede eller til dem, der vil arbejde med særlige udfordringer.
- Hvilket indhold/niveau kan jeg forvente?
Beskriv hvordan undervisningen foregår. Hvad bliver der lagt vægt på, hvad får deltageren ud af at gå på kurset, hvordan sikres det gode fællesskab, og hvad skal deltageren evt. forberede mellem undervisningsgangene?
- Praktisk information
Alle praktiske oplysninger vises under holdteksten og indtastes af skolelederen. Din skoleleder skal vide, hvor og hvornår, kurset finder sted, og hvad deltageren skal medbringe.

Underviser CV

Som underviser har du din egen side på din lof-afdelings hjemmeside. Her vises et billede af dig, en kort præsentationstekst (underviser CV) og en liste med alle dine hold. Det er også muligt at sætte en kort video ind. Det er vigtigt for en ny deltager at få et indtryk af, hvem du er, og hvordan du underviser. Hvis du ikke allerede har et underviser CV på vores hjemmeside, så skriv en kort præsentation og send den til din skoleleder.

Et godt underviser CV bør indeholde følgende informationer:

- Hvad er din baggrund for at undervise?
- Hvor længe har du undervist?
- Hvad holder du mest af ved faget?
- Hvad holder du mest af ved at undervise?
- Er der andre ting, du tror, dine elever gerne vil vide om dig?

Undervisernet

Din skoleleder giver dig et login til undervisernet. På undervisernet kan du se en liste over alle dine hold og sende beskeder til dine deltagere. Send en velkomst mail til dine deltagere et par dage før kursusstart, så alle føler sig trygge ved jeres første mødegang.



2. Under kurset

Sørg for, at man let kan finde frem til det lokale, hvor din undervisning finder sted.
Tag evt. imod deltagerne udenfor første gang.

Inkluderende fællesskaber

I aftenskolen gør vi en særlig indsats for at skabe inkluderende fællesskaber. Det gælder både på hold, hvor alle deltagere er nye, og på hold hvor én eller to nye deltagere skal integreres mellem mange gengangere.

- Præsenter dig selv og vær en tydelig kursusvært
- Fortæl om rammen for undervisningen, inden I går i gang
- Brug tid på en kort præsentation af alle deltagere,
- Find evt. på små aktiviteter/makkerøvelser, der er med til at styrke den interne trivsel på holdet
- Bland deltagerne i forskellige gruppeøvelser, så man lærer flere at kende
- Skab faste ritualer for goddag og farvel – det skaber trykthed for genkendelighed

Nye deltagere

Nye deltagere skal have en særlig opmærksomhed og føle, at de er velkomne i det etablerede fællesskab.

- Italesæt de små sociale ritualer og selvfølgeligheder (som ofte kan være noget indforstået)
- Italesæt at alle har et ansvar for at tage godt imod nye. Udnævn evt en "buddy", som har særligt fokus på at hjælpe nye til rette.
- Skab små "huller" i din undervisning, så der er ekstra plads til samtaler med nye deltagere

Afrunding af undervisningsgangen

Afslut hver undervisningsgang med at give en kort introduktion til, hvad der skal ske næste gang. Husk at opfølgning er vigtig. Spørg ind til de nyes oplevelse, og spørg hvad de ser frem til næste gang.

Hvis der er deltagere, som har haft meget fravær, så kontakt dem og hør, om I snart skal ses igen. Særligt nye deltage kan falde fra, hvis ikke der er en opfølgning.

Google drev eller dropbox

Hvis dit kursus har meget undervisningsmateriale, kan det være en god idé at oprette et Google Drev eller en dropbox, hvor deltagerne selv kan hente relevante filer. Hvis der findes materiale fra tidligere sæsoner, vil det være en fordel for nye deltage at kunne finde materialet et samlet sted.

Facebook

En Facebookgruppe kan være med til at understøtte sammenholdet. Deltagerne får hurtigt ansigt og navn på hinanden og et forum for uformel kontakt. En facebookgruppe skal være frivillig. Selvom ikke alle ønsker at deltage, kan facebookgruppen være givende for dem, der gerne vil være med. Husk at al officiel information skal komme på mail eller sms.

Efter



3. Efter kurset er afsluttet

Præsenter det næste kursusforløb i god tid, inden holdet afsluttes, så deltagerne får mulighed for at gentegne sig.

Sørg for, at deltagerne har adgang til facebookgruppen og undervisningsmaterialet, efter kurset er afsluttet. Det kan give dem lyst til at deltage i et af dine andre kurser på et senere tidspunkt.

Send en afskedshilsen ud via undervisernet, hvor du skriver tak for denne gang.

Om ABC for mental sundhed

LOF er medlem af netværket ABC for mental sundhed. ABC for mental sundhed er et landsdækkende, forskningsbaseret netværk af organisationer, kommuner og virksomheder, hvis aktiviteter styrker menneskers mentale trivsel. Som underviser i LOF kan du hente øvelser og andet materiale til din undervisning på <https://www.abcmamentalsundhed.dk/>

Læs mere om LOF på www.lof.dk