



7.c sammen med deres coach John Mejlgren

- Vi kan hvad vi vil!...

På Avedøre Skole har 7.klasse netop haft et coaching kursus med henblik på at styrke elevernes selvindsigt, og give dem værktøjer til at arbejde med personlige og uddannelsesmæssige mål

7.C på Avedøre Skole har haft fornøjelsen af at have tilknyttet coachen John Mejlgren, og gennem hans kursus "Fra handling til forvandling" at få arbejdet med emner som motivation, værdier og overbevisninger, selv-værd og selvtillid, hjernens funktion og målsætning. Kurset strakte sig over fire ugentlige timer i seks

uger, og var en blanding af oplæg fra John Mejlgrens side, gruppearbejde, klassesdiskussioner og individuelt arbejde, hvor eleverne har reflekteret over mange aspekter af deres liv, personlighed og ikke mindst drømme og håb for fremtiden. Derudover har eleverne også fået testet deres samarbejdsevner i diverse samarbejds-

øvelser, da kurset også havde til formål at styrke elevernes evne til at indgå i forskellige fællesskaber som kvalificerede teamplayers.

- Vi har for eksempel bygget tårne af pasta og skumfiduser, og vi har gennemgået en labyrint med "bomber", hvor vi skulle samarbejde for at kunne undgå dem. Det har været sjovt og

anderledes end normalt, siger Magnus Funch Clausen.

Hvem er jeg?

Som en del af John Mejlgrens kursus har eleverne også lavet intelligens- og personlighedstests, begge med fokus på at gøre hver enkelt elev bevidst om egne styrker og udpege relevante fo-

kusområder. Via begge test, har eleverne fået forslag til, hvilke erhverv, der ville passe godt til netop deres type.

- Det var sjovt at få at vide, hvordan mine forskellige intelligenser samarbejder, og hvilke der er stærkest. Jeg fik også en liste over, hvilke job der ville passe til mig. Jeg blev både overrasket og glad over den personlighedstype jeg er, fortæller Viktoria Popovic.

Udover test, har eleverne også arbejdet med præsentationer af deres mål, både de langsigtede mål og de helt konkrete mål indenfor det næste år.

Skolen giver os en gave

Eleverne har også lært om hjernens opbygning, og de har fået øjnene op for, hvad mentaltræning kan gøre for deres resultater. En elev, Zeynep Kescu, udtrykker det således: - Jeg har gjort nogle ting, som jeg ikke troede jeg kunne.

For eksempel har eleverne slået hånden igennem et træ-bræt så dette gik i stykker på midten - ikke nødvendigvis som et resultat af

styrke, men som et resultat af fokus, vilje og koncentration. Kurset "Fra handling til forvandling" har givet eleverne ny indsigt i sig selv og lærerne i klassen har naturligvis tænkt sig at følge op på kurset, så det bliver startskuddet til en langvarig og fortsat udviklingsproces for hele klassen.

- Det har været et godt og lærerigt kursus. Jeg har fundet ud af, at jeg kan mange ting med min hjerne, så jeg er blevet bedre til at udnytte det, jeg allerede kan og tro på, at jeg kan nå det, jeg vil. Jeg synes, det har været rigtig godt, og jeg kan bruge alt det, vi har lært. Jeg synes også, det er super fedt, at skolen har givet vores klasse mulighed for at få sådan et kursus. Det er lidt ligesom at få en gave, afslutter en af klassens stolte elever, Dafina Zekiri, da hun står med sit kursusbevis i hånden.

Af Camilla Kalborg



Camilla Mejlgren

Inspirator og underviser på Fra Handling til Forvandling

Jeg har i mange år arbejdet som socialpædagog med børn, unge og voksne indenfor socialpsykiatrien samt som underviser og konsulent for udsatte unge.

Mit udgangspunkt for samarbejdet med de unge er, at skabe en bæredygtig og derved udviklingsfremmende relation.