

Handling gav forvandling

COACHING. 10. a på Linie 10 er blevet coachet af John Mejlgreen, og det har styrket klassens sammenhold og gjort de unge mere afklarede omkring fremtiden.

AF PERNILLE ROHDE
Pernille.Rohde@sn.dk

TAASTRUP: Høje-Taastrup er en af de kommuner, der i særlig grad kæmper for at få flere unge til at gå i gang med en ungdomsuddannelse efter folkeskolen, og gennemføre den. Omkring 95 procent af de unge søger om at komme ind på en uddannelse, men kun ca. 63 procent gennemfører uddannelsen. Det har stor indflydelse på de unges videre liv og for den kommunale økonomi.

Oftentimes er det flere timer i fx dansk og matematik der gribes til, når man vil ruste de unge til at tage en uddannelse. Men der er også andre veje at gå. På Linie 10, kommunens 10. klasse-center, har man holdt et coaching-forløb i 10.a.

Coach John Mejlgreen har en dag om ugen i seks uger undervist og coachet de unge, og hans fokus har ikke været det faglige men de unges sociale kompetencer og selvtillid.

»Det har været fantastisk at John har været her. Han har lært os rigtig meget om samarbejde, og vi har fået det meget bedre sammen i klassen. Vi er begyndt at snakke mere sammen, og har fået mere respekt for hinanden,« siger Muhammed Ali. Han har en drøm om at tage en erhvervsuddannelse som tømrer, og den har han talt med John om. I løbet af 10. klasse vil han forsøge at komme i praktik i en tømrervirksomhed for at blive klogere på, om tømrerfaget er det rigtige.

Både coach og ven

Funda Yilmaz ser ikke kun John som coach, men også som en ven. »Vi stoler virkelig på ham og følger de ting, han siger. Jeg følger, jeg har fået mere styrke og selvtillid og er blevet mere villig til at følge med i skolen,« siger Funda. Hun vil gerne være journalist, og følger sig efter samtaler med John endnu mere sikker på, at det er det rigtige valg af uddannelse.

At det er vigtigt at vælge den rigtige uddannelse, og gøre sig umage i skolen, er de unge i klassen blevet mere opmærksomme på. »Vi har fundet ud af, at når man tager et valg, så betyder det noget, og man er selv herre over, om det kommer til at gå godt,« siger Muhammed Ali.

Fraværet er faldet i klassen, efter coachingforløbet er begyndt. »Når jeg vågner om morgenen, og synes jeg har det dårligt, og mest har lyst til at blive hjemme, er jeg begyndt at tage af sted i skole alligevel. Jeg vil hellere i skole og have det sjovt sammen med de andre end jeg vil ligge derhjemme,« siger Louise Gertsen.

Fra minus til plus

John Mejlgreen har været coach i 25 år, og bruger erfaringer fra sit eget liv i sit arbejde.

»Jeg har selv haft en opvækst med dårlig skolegang og tidligt meget mismod i livet. Men jeg har formået at vende minus, minus i livet til at have et godt liv. Men der er mange faldgruber, og det er dem, jeg med min erfaring og livshistorie gerne vil hjælpe de unge udenom,« siger John Mejlgreen.

De seks coachingdage er gået med at styrke klassen som en samlet enhed, men også den enkelte elev. John har blandt andet ladet de unge prøve at blive personlighedstestet, for at finde den enkeltes styrker. De har også lært, hvor vigtig vejtrækningen er for at man har det godt og har både ro og energi i kroppen.

Klasselærer Rikke Holm Rasmussen kan mærke en stor forandring i klassen efter coachingforløbet. »Det er blevet mere naturligt for de unge at sige noget i klassen. Før var der flere, der havde besluttet sig for, at de var sådan nogen, der bare ikke ville sige noget i klassen, men sådan er det ikke mere. De unge arbejder også bedre sammen og har mere tillid til hinanden,« siger Rikke, som har været med på alle coachingdage og forsøger at bringe noget af det, de har lært her med ind i den almindelige undervisning.

At sjette gang med John var sidste gang, kunne de unge næsten ikke bære. Men dagen blev ekstra festlig fordi flere havde medbragt hjemmebagte kager. Forløbet blev rundet af med en helt særlig øvelse, som de unge havde både glædet sig til og frygtet lidt. De skulle slå et træbræt over med de bare næver som et symbol på, at de har knækket koden og har udviklet sig. »Øvelsen med brættet giver en forløsning, og hvis de gemmer træet, vil de hver gang de

kigger på det blive mindet om, hvad de har oplevet,« siger John Mejlgreen. Coachingforløbet har titlen 'Fra handling til forvandling', og man kan læse mere på John Mejlgreens hjemmeside inspirius.dk



10. klasse er blevet rystet godt sammen, og de unge rækker nu gerne hånden op i timerne.

SKAL DU STARTE PÅ GYMNASIET NÆSTE ÅR?



ÅBENT HUS

PÅ CPH WEST GYMNASIERNE I ISHØJ

LØRDAG DEN 1. NOVEMBER FRA 11.00 - 13.00

HHX, HTX ELLER STX?

På Gymnasierne i Ishøj kan du både gå på hhx, htx og stx. Kom og hør om alle tre linjer, så du kan træffe det rette valg, når du skal vælge gymnasieretning.

Høj faglighed / Engagerede undervisere
Spændende studieretninger / Stærk elitesportslinje

GYMNASIERNE I ISHØJ
VEJLEBROVEJ 65

Se mere på www.cphwest.dk

CPH WEST
UDGANGSPUNKTET I KØBENHAVNS VEST



Muhammed Ali er ikke i tvivl om, at han kommer til at savne John Mejlgreen.



Fra handling til forvandling

Erhvervscoach ændrer udfordrede unges liv på seks uger

DER KAN VÆRE MANGE GRUNDE TIL, AT UNGE ikke trives i deres dagligdag i skolen. Nok lige så mange grunde som der er unge mennesker. Derfor kan det være svært at finde en løsning, som gør en forskel for den enkelte unge. Skal der sættes ind for at løfte det faglige, eller skal der sættes ind på de mange andre parametre, der indgår i unges liv – og hvilke? Og hvordan får vi de unge i tale, når de allerede er trætte af skolen og de lærere og vejledere, som de møder i løbet af deres skoletid.

En løsning kan være at få inspiration udefra. Her findes kompetente folk, som både har arbejdet med mennesker i krise og coaching af erhvervsfolk og unge. En af dem er erhvervscoachen og forfatteren John Mejlgren, som med sit kursusforløb 'Fra handling til forvandling' har vist sig at kunne flytte unge, som har mistet håbet og motivationen til at gøre en indsats i skolen.

John Mejlgren har i mange år coachet i erhvervslivet, men har også altid arbejdet med unge. I de senere år har han fokuseret på at hjælpe udfordrede unge, der har en masse potentiale, som de blot ikke har opdaget endnu.

I sit kursusforløb tager John Mejlgren ikke fat i det faglige, for det er sjældent her, hunden ligger begravet, og her er lærerne allerede dygtige. Han arbejder udelukkende på at løfte de unges personlige og sociale kompetencer i løbet af et seks ugers kursusforløb, hvor der afholdes et modul om ugen. Efter de seks uger, har langt de fleste unge genfundet glæden ved at lære og fundet ud af, hvad de vil med deres liv efter skolen!

Kurset skræddersyes til den enkelte klasse

Ifølge John Mejlgren er det ekstremt vigtigt at skabe en tryk relation til klassen fra første minut.

- Opbygningen af kurset skaber fra start en tryk og god relation til de unge. Mange er blevet mødt af velmenende voksne, som ikke altid har forstået de unges problemer. Derfor er det vigtigt, at jeg, som en udefrakommende, kan skabe relationer, så de føler sig trygge og sikre på, at de kan blive løftet ud af deres problemer.

Det er sket, at John er kommet ind i en klasse, som ikke kunne læse og skrive. Andre gange er det faglige niveau i orden, men så mangler energien helt. Derfor tager han altid udgangspunkt i den unikke gruppe, han står overfor, og improviserer ud fra det materiale, han har med, så det virker bedst muligt i den enkelte klasse.

- Jeg tilpasser mit indhold og energi til gruppen, så det bliver et skræddersyet forløb undervejs. Der er en rød

De unge lærer at:

- Tænke større og anderledes om dem selv og deres situation.
- Bruge deres personlige historie som en katalysator og ikke en begrænsning.
- Gå på opdagelse i de mange ressourcer omkring dem, og få lyst til at lære.
- Tage ansvar og derigennem styrke deres selvtillid og opfattelse af sig selv.

10. a på Linje 10 i Høje-Taastrup gennemgik et seks ugers kursus – Fra handling til forvandling.



John Mejlgren, erhvervscoach, trives ved at motivere og hjælpe andre.

tråd, men vejene dertil kan være forskellige fra klasse til klasse og fra elev til elev.

Nyt sammenhold i Høje-Taastrup

10. a på Linje 10 i Høje-Taastrup oplevede, hvad et kursus kan gøre for en hel klasse, og for den enkelte elev.

- Det har været fantastisk, at John har været her.

Han har lært os rigtig meget om samarbejde og vi har fået det meget bedre sammen i klassen. Vi er begyndt at snakke mere sammen, og har fået mere respekt for hinanden, fortæller Muhammed Ali.

Funda Yilmaz fortæller, at eleverne virkelig stoler på John og følger de ting, han siger.

- Jeg føler, at jeg har fået mere styrke og selvtillid og er blevet mere villig til at følge med i skolen, forklarer Funda, som drømmer om at blive journalist.

Efter samtaler med John, føler hun sig mere endnu mere sikker på, at det er rigtige valg for hende!

Med det bedre sammenhold i klassen er også fulgt et lavere fravær. Klasselærer Rikke Holm Rasmussen kan mærke en stor forandring i klassen efter kurset.

- Det er blevet mere naturligt for de unge at sige noget i klassen. Før var der flere, som havde besluttet, at de ikke sagde noget i timerne, men sådan er det ikke mere. De unge arbejder også bedre sammen og har mere tillid til hinanden, forklarer hun, mens hun selv vil arbejde for

Den røde tråd

'Fra handling til forvandling' kurset er en blanding af storytelling og gode historier fra den virkelige verden, som de unge kan forholde sig til. Læg dertil dialog og konkurrencer, som har et specifikt mål for hver klasse. Og så er der en masse tests med skriftlige øvelser, tid til refleksion og fordybelse.

Undervejs arbejder John Mejlgren omhyggeligt med de unge, hvor de sammen finder ud af, hvem de er, og hvor de kommer fra. De skal opdage deres styrker og få sat ord på deres drømme. De vil finde ud af, hvad der motiverer dem. I løbet af kurset bliver der arbejdet en del med hjernen. De unge skal lære, hvordan den er indrettet, og hvor vigtigt det er at passe på den. Hjernen er det vigtigste organ. Det er den, de bruger til at træffe gode beslutninger, lære og leve. De skal passe på den og sørge for, at den får nok søvn, det rigtige at spise – og nok at spise. Men den bliver tit groft negligeret og især af udfordrede unge!

Forskellige tests

Der er forskellige test undervejs i forløbet. Der er bl.a. en personligheds test, som giver de unge et billede af, hvem de er. Her oplever mange, at der er skrevet en bog om dem, når de får resultatet! De er med andre ord aldrig så alene, som de selv går og tror. Ud fra testen får de også en profil, som viser, at der er nogle uddannelsesmæssige retninger, som er oplagte for dem. Det kan være 3-4 linjer, som viser, hvilken vej de med held kan gå.

En anden vigtig test er intelligencetesten, som modsat andre intelligencetest ikke viser,

om de unge er intelligente. For det er alle. Men den viser, hvilken intelligens, den unge har, og det er en øjenåbner for mange af de unge, der har oplevet utallige nederlag i skolen. I sidste ende udstikker kurset en kurs for, hvilke veje den enkelte bør gå for at få en uddannelse, der kan sikre dem et godt liv.

Konkrete mål for den enkelte

For at bevare energien og motivationen fra kurset, bliver der i slutningen opstillet nogle mål for de næste 12 måneder, som bliver arbejdet igennem SMART modellen. På den måde ender hver eneste elev med en bruttoliste på nogle få overskuelige og vedkommende mål, som de forholdsvis let kan udføre.

Alt i alt er hele kurset i sit seks ugers forløb en uddannelsesrejse, hvor den unge gennem refleksion og øvelser får en højere grad af selvbevidsthed i forhold til egne evner og færdigheder, styrker, ønsker og mål. Og samtidig lærer de ud fra de forskellige tests, hvilke værktøjer de kan bruge til at realisere deres mål i løbet af de næste 12 måneder.

Som John Mejlgren selv formulerer det:

- Mit mål er ikke at motivere de unge til at komme i uddannelse, for man kan ikke motivere unge, hvis de ikke er interesserede. Det er mit mål gennem mine forløb med viden, leg, test og indsigt at motivere dem til at se, at der er lys for enden af tunnelen, og på den måde få dem til at bevæge sig, så de kan få en endnu bedre fremtid.

Læs mere om kurset på www.inspiritius.dk

at få nogle af de ting, hun selv har lært med ind i sin egen undervisning.

Undervejs i forløbet deltager der altid mindst en lærer og en vejleder. Erfaringen viser, at relationen mellem lærer og elever bliver stærkere efter forløbet, når lærerne har deltaget i forløbet sammen med eleverne. For klasse-lærer Rikke Holm Rasmussen var kursusforløbet også en øjenåbner, da hun fik den samme geist som eleverne og troen på, at alle elever kan motiveres.

- Det giver mig blod på tanden i mit arbejde, når jeg nu kan mærke en helt anden motivation til at lære, siger hun.

Muhammed Ali fra 10. a i Høje-Taastrup får det sidste ord om udbyttet af sit kursusforløb.

- Vi har fundet ud af, at når man tager et valg, så betyder det noget, og man er selv herre over, om det kommer til at gå godt. ●