Hele Vejen Rundt

FRA HANDLING TIL FORVANDLING

Sådan får vi flere unge i uddannelse

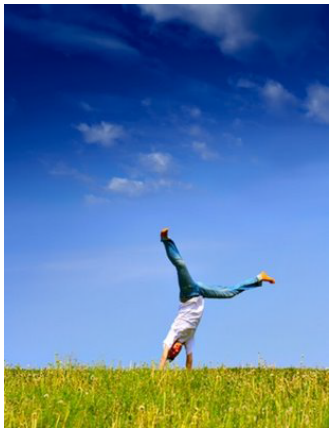
Udviklingsforløb der inspirerer unge til mere selvværd, lyst til uddannelse og troen på en bedre fremtid der giver mening

INSPIRIUS

FRA HANDLING TIL FORVANDLING

SÅDAN FÅR VI FLERE UNGE I UDDANNELSE

For de fleste mennesker er glæde noget af det vigtigste man kan have i livet. Glæde i kærligheden, glæde på arbejdet, glæde i privatlivet etc.



Glæde af en af grundstene i vores eksistens.

På trods af det er det de færreste, der reelt er bevidste om, hvad der gør dem oprigtig glade. Altså følelsen af en autentisk lykke, og det er på trods af, at vi alle søger den hele livet.

Følelsen af autentisk lykke kan man først genkende, når man besidder en hvis grad af selvindsigt.

En indsigt, der bringer ord som sjælen, indre værdier og kærligheden til sig selv i fokus.

Disse ord indgår typisk i spørgsmål man først stiller sig selv, når det er for sent – f. eks. i situationer, hvor man er ramt af stress, under skilsmisse eller er alvorlig syg.

Hvad nu hvis vi ændrede på det? Hvad ville effekten være, hvis vores kommende generationer allerede fra teenageårene blev stillet de spørgsmål, som coachen stiller den 55-årige m/k, som f.eks. er gået ned med stress?

En indsigt i, og derved en bevidstgørelse om, hvad den enkeltes indre værdier. Hvad er vigtigt for mig for, at jeg føler mig glad? Hvad driver mig til at forfølge mine drømme?

Vi stiller meget store krav til vores unge i dag. Allerede fra 7.-8. klasse skal de unge være klar over, hvilken retning de ønsker at bevæge sig i. Men hvor realistisk er det, at man vælger rigtigt første gang, hvis man i bund og grund ikke kender sig selv? Kunne de store frafaldsrater og manglende engagement på de videregående uddannelser være en direkte affødt effekt af den manglende indsigt?
JA BESTEMT

Tænk, hvis man ved at adressere denne problemstilling tidligt kunne sikre, at de unge generelt blev bedre til at have sjælen med, og derved kunne bevare motivation, interesse m.v.

Som ung er man meget søgende, og selvom det at have sjælen med for nogle kan lyde lidt "højtravende", kunne det da være interessant, hvis man i den videre udvikling af ungdomsuddanelsessystemet også begyndte at tænke disse mere bløde dimensioner ind.

En udvikling, som ikke kun ville have fokus på de studerende, men i lige så høj grad på redskaber til at klæde lærerene bedre på i bestræbelserne på, at flere skal gennemføre en ungdomsuddannelse. Dette basseret på en holdbar løsning, hvor du får mange flere unge i uddannelse og også hjælper dem med at bevare et positivt livssyn og en fast tilknytning til arbejdsmarkedet!

Vi mener, at man allerede fra studietiden kan man være med til at skabe et nyt kommende fundament for dansk erhvervsliv.

De færdiguddannede kommer ud med en styrket ballast baseret på indsigt, motivation, højt engagement og en styrket forståelse for hvordan uddannelse giver mening for fremtiden.

Når den unge finder det, der er værd at kæmpe for og får redskaber og indsigt til at forfølge det, så vil der åbne sig mange nye døre - døre, som ikke kun afhænger af en praktikplads.

"Fra Handling til Forvandling" er et innovativt, jordnært og gennemprøvet koncept, som både er baseret på, mange års arbejde med unge og de nyeste teorier. Igennem nye værktøjer forankres en styrket tro på sig selv, på fremtiden og på fællesskabet og skaber grobund for en beslutning fra den unge selv, om at lykkes.

Vi ved at det er muligt og skal blot overføre troen til de unge selv.

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.

Ofte 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 Mejlgren 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 føler, 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 føler 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 Mejlgren 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, 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 Mejlgren.

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 vejrtrækningen 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 Mejlgren. Coachingforløbet har titlen 'Fra handling til forvandling', og man kan læse mere på John Mejlgrens hjemmeside inspirius.dk

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

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

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

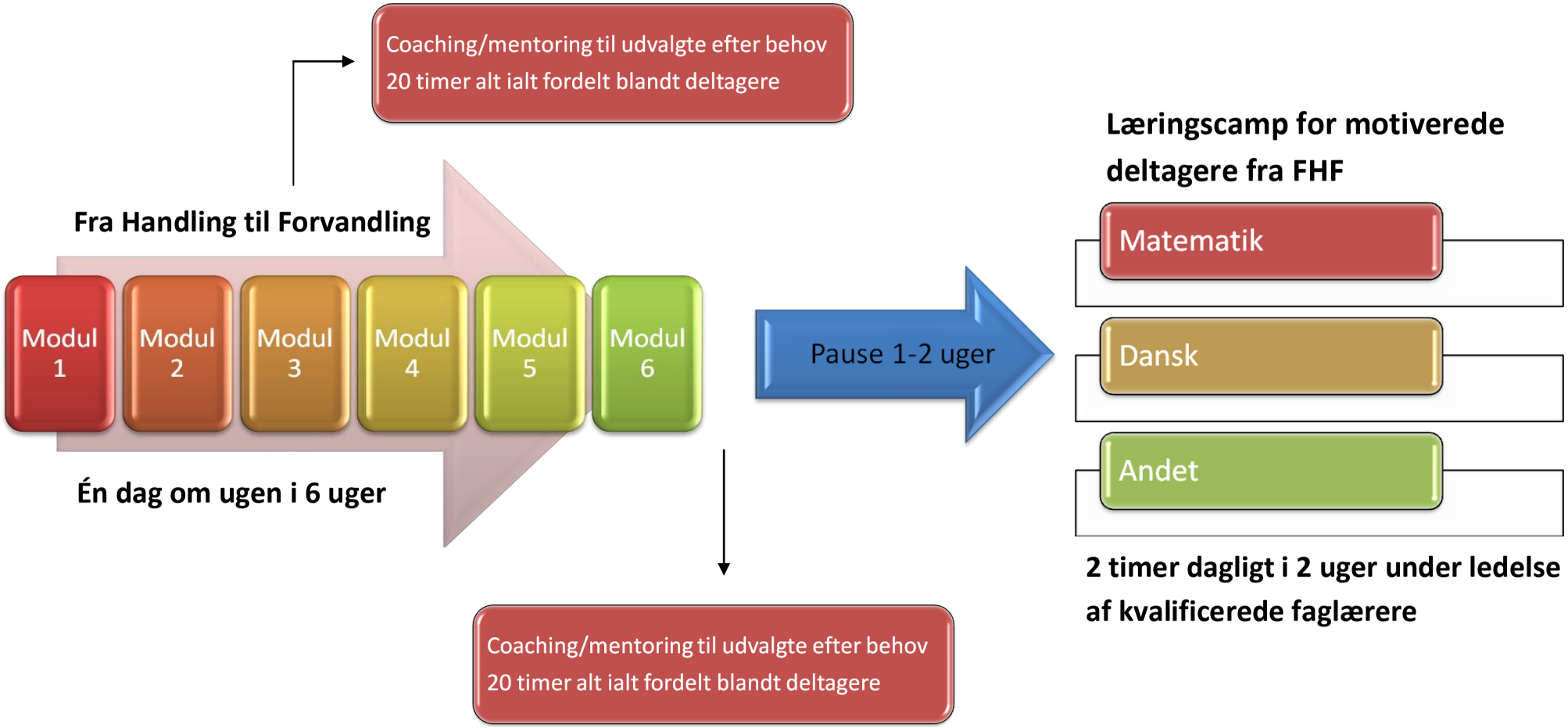
GYMNASIERNE I ISHØJ
VEJLEBROVEJ 65

Se mere på www.cphwest.dk

CPH WEST
UDDANNELSESCENTER KØBENHAVN VEST

Fra Handling til Forvandling - processen

Inspirius.dk



Efter forløbet kunne der med fordel arrangeres 2 opfølgende moduler á 2 timer, til at følge op på mål og delmål hos de enkelte deltagere.

Desuden kunne der med fordel arrangeres en forælder aften, hvor der bliver holdt oplæg om ”de unge teenagere” samt en snak om forløbet Fra Handling til Forvandling.

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 ligeså 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 tryg relation til klassen fra første minut.

- Opbygningen af kurset skaber fra start en tryg 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.

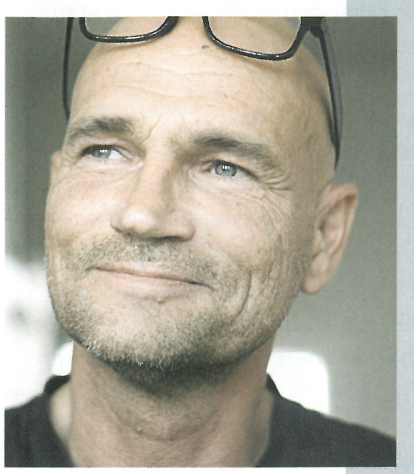
Det er sket, at John er kommet ind i en klasse, som ikke kunne læse og skrive. Andre gange er det faglige niveau i orden, men så mangler energien helt. Derfor tager han altid udgangspunkt i den unikke gruppe, han står overfor, og improviserer ud fra det materiale, han har med, så det virker bedst muligt 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-Tasstrup 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 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 klasselærer Rikke Holm Rasmussen var kursusforløbet også en øjenåbner, da hun fik den samme gejst 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. ●

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 bilede 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 intelligenstesten, som modsat andre intelligenstest 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

Fra handling til forvandling

Performance

At performe eller at skabe resultater er

80% psykologi og 20% færdigheder

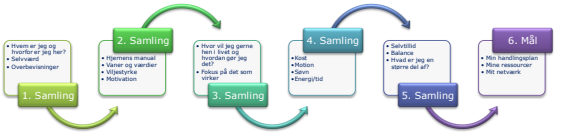
Fra handling til forvandling

6 moduler for de unge

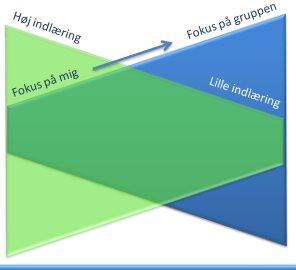
- Modul 1 • Skab et trygt rum
- Modul 2 • Genopdag din historie
- Modul 3 • En manual til din hjerne
- Modul 4 • Find det du brænder for/Stress & sundhed
- Modul 5 • Målet, du altid kan nå
- Modul 6 • Ønskerne for din fremtid & Le Grand Finale

Forløbet er fordelt over 1½ måned med 1 uges mellemrum

Imellem hver samling vil der være personlige hjemmeopgaver



Model for optimal indlæring og forankring



Fra handling til forvandling

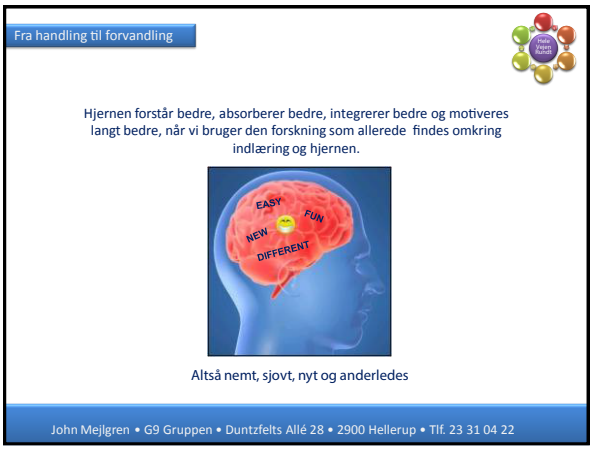
Udviklingsforløb – 6/9 samlinger á 4 timer

Forløbet er bygget op i forhold til principperne omkring
"**High Impact Learning**"

"**High Impact Learning**" siger, at det som deltagerne gør inden et kursus, har 40% værdi, selve kurset 20% og det der gøres efter kurset 40%

Det betyder, at der både før kurset, vil være opgaver som deltagerne skal forholde sig til inden de kommer, og at der efter kurset, vil være en forpligtende opgave/projekt som deltager skal producere.

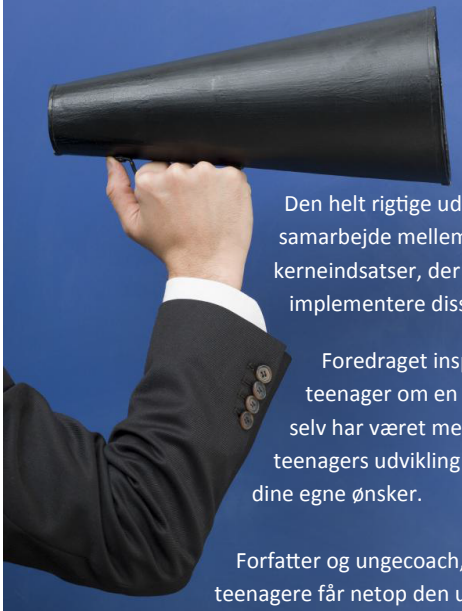
INSPIRIUS.DK



Foredrag for forældre til elever i udskolingen

Teenagere er også en slags mennesker

- støt din teenager mod en fantastisk fremtid



I dette foredrag bliver du introduceret for den virkelighed, din teenager dagligt oplever. Du vil blive klogere på, hvorfor du kan føle dig magtesløs i din rolle som forælder, ven og rådgiver.
Hvorfor kan disse roller være så svære, når vi alle selv har været teenagere?

Den helt rigtige uddannelse og en fantastisk fremtid for en teenager sikres gennem et stærkt samarbejde mellem den unge, forældrene og skolen. John Mejlgren introducerer fem altafgørende kerneindsatser, der sikrer succesen. Med den rette vilje, kan du som forælder gå hjem og implementere disse indsatser umiddelbart efter foredraget.

Foredraget inspirerer dig til, hvordan du i din rolle som forælder bedst samarbejder med din teenager om en fælles retning for fremtiden. En retning med klare målsætninger, som dit barn selv har været med til at sætte. Du får konkrete ideer til, hvordan du effektivt støtter din teenagers udvikling ved at inddrage den unge – frem for det modsatte, nemlig at ville gennemtvinge dine egne ønsker.

Forfatter og ungecoach, John Mejlgren, introducerer dig for de vigtigste forudsætninger for, at vores teenagere får netop den uddannelse, der er den rigtige for dem. John har i 17 år arbejdet intensivt med unge i hele landet, primært med fokus på at løfte deres selvværd, selvtillid og lyst til uddannelse. Han er desuden foredragsholder og har stor succes med sine teenage-forløb, "Fra handling til forvandling", som han afholder i samarbejde med skoler over hele landet.

INSPIRIUS.DK

Fredericia Dagblad – 28. marts 2015

Nu har drengene et mål for fremtiden

Mohamud Ahmed og Ayuub Hassan er to af deltagerne i projekt "Unge på Sporet". De drømmer begge om at lave forretninger

Af Klaus Madsen

fredericia - Det gælder om at sætte sig et mål, så man kan blive til noget.

Sådan lyder det fra to af deltagerne i projekt "Unge på Sporet", som i seks omgange har haft besøg af coachen John Mejlgren. 15-årige Mohamud Ahmed og 13-årig Ayuub Hassan er blandt de 11 unge, der har deltaget i projektet i Korskærparkens Medborgerhus.

- Vi har fået tips til, hvordan vi kan bruge vores egne evner og snakket om, hvad vi kan gøre, når vi møder modgang, siger Mohamud Ahmed, der ligesom de andre deltagere i projektet går på Ullerup Bæk Skolens udskolingsafdeling på Nørre Allé.

Plejer ikke at se indad

Deltagerne har haft svært ved at motivere sig til at gøre en indsats i de almindelige timer på skolerne. Nu har Mohamud erkendt, at hans fremtid også afhænger af ham selv.

- Jeg plejer at se mig sur på folk, jeg plejer ikke at kigge indad. Når jeg for eksempel har fået dårlige karakterer, har jeg sagt til mine venner, at læreren hader mig og skolen er dårlig. Jeg har set på alle andre end hos mig selv, siger han.

I projektet skulle alle drengene fremlægge en plan for deres mål i det næste halve år. Det har fået Mohamud til at tænke mere over tingene. Han vil i 10'ende i Erritsø, og derefter på gymnasiet.

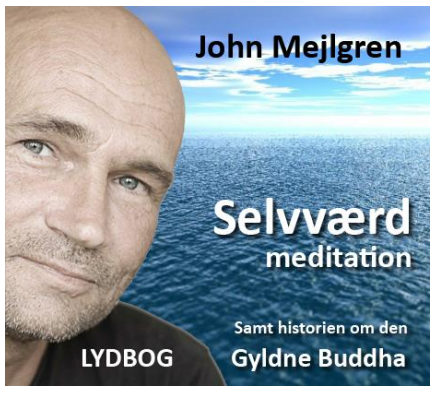
- Derefter kunne jeg godt tænke mig at lave et tøjmærke. Det skal gerne blive et anerkendt mærke. Alt er muligt, hvis du har viljen til det, siger Mohamud, der i fritiden bruger meget tid på at spille fodbold. Det har han prioriteret før skolen, men nu skal der også gøres en indsats med bøgerne. Han har allerede for et par siden overvundet en udfordring, da han først i 6. klasse lærte at læse.

- Jeg har allerede vundet

LYDBØGER

www.g9-gruppen.dk/shop/

Download online



coach hjælper unge i Korskærparken

Anderledes udfordringer får unge til at tænke mere over fremtiden

FREDERICIA - Kan man slå et træbræt i stykker med de bare næver?

Den udfordring står foran ti drenge, som sidder i et lokale i Korkærparkens Medborgerhus.

Coachen John Mejlgren har givet udfordringen til drengene, som alle går på Ullerup Bæk Skolens afdeling på Nørre Allé. Skolen og Ungdomsskolen har valgt drengene til projektet, fordi de har svært ved at motivere sig til timerne i skolen.

Tag ansvar for livet

Træet er cirka halvanden centimeter tykt og ser umiddelbart solidt ud. Udfordringen fungerer som afslutningen på et projekt, som har varet i et halvt års tid.

- Forløbet har handlet om, at de unge mennesker skal søge et liv med mening og kvalitet. Det handler om, at de her ti drenge kan tage ansvar for deres eget liv, forklarer John Mejlgren, mens drengene sidder og venter på den afsluttende seance med træet.

Coachen og forfatteren har brugt sit eget liv som eksempel for drengene, og de har også talt om den svenske fodboldspiller Zlatan Ibrahimovic, som voksede op i Malmø -ghettoen Rosengård.

- Vi har talt om, hvordan det er at komme fra en ghetto. Jeg håber ikke, det gør noget, jeg siger ghetto, siger John Mejlgren og kigger ud mod drengene. Ingen reagerer negativt på ordet.

- Når man kommer fra ghettoen, kan man opleve en modstand mod en som person, som man kan have svært ved at have med at gøre. Vi har talt om Zlatan Ibrahimovic, som kom fra et sted, hvor han virkelig skulle gøre noget ekstra for at lykkes. Der er mange eksempler på folk, der har klaret det flot alligevel, siger John Mejlgren.

Mohamud Ahmed (forrest) og Ayuub Hassan har sat flere mål for fremtiden, efter at de har deltaget i et projekt i Korskærparken. Foto: KIAus MAdsen

én sejr i livet, siger han.

Kedeligt, men vigtigt

Også Ayuub Hassan satser på en karriere i erhvervslivet.

- Jeg skal have gode karakterer, så jeg kan komme på gym, og så skal jeg være forretningsmand, siger han.

Endnu har han ikke fået karakterer, da han kun går i 7. klasse. Men han har fundet ud af, at han skal blive bedre til matematik.

- Matematik er kedeligt at høre på. Men det er vigtigt, hvis jeg skal blive forretningsmand og man skal arbejde med penge, siger han.

Projektet har kørt som et samarbejde mellem Ungdomsskolen og Ullerup Bæk Skolen. Ungdomsskolens konstituerede leder Stefan Eis vurderer, at drengene har fået stort udbytte af møderne med coachen.

- Vi har sigtet mod at gøre de unge mere motiverede til at arbejde med det faglige, for her har de hængt med bremserne. Vi har fået positiv feedback, og mange af drengene er begyndt at tænke anderledes, siger Stefan Eis, som sammen med afdelingsleder Nils Jørgensen fra Ullerup Bæk Skolen følger op på drengenes udvikling. Det sker blandt andet med et fælles møde med John Mejlgren og drengenes forældre efter påske.

christophe Nikolic deler et stykke træ i to med de bare næver - mens coach John Mejlgren holder fast. drengene bliver kaldt op en efter en. de slår med håndfladen mod det bræt, som John Mejlgren holder. drengene hujer, når brættet slås i stykker. nogle klarer den i første forsøg, andre må prøve flere gange. Men de klarer alle udfordringen. Foto: KIAus MAdsen

Ønsker du også mere glæde i dit liv? Men mangler du måske de redskaber og den inspiration, der skal til, for at få dig derhen i dit liv, hvor du ønsker at være?

Med denne bog får du en helt konkret og personlig guide til, hvordan du opnår et liv med større kvalitet – det handler om at score dit eget liv!

Når du har læst denne bog, er du klædt bedre på til at skabe større livskvalitet og balance i din hverdag.

Kan købes som bog eller e-bog på www.saxo.com

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 uddannelsesmæssigemål

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, selvværd og selvtillid, hjernens funktion og målning. Kurset strakte sig over fire ugentlige timer i seks uger, og var en blanding af oplæg fra John Mejlgrens side, gruppearbejde, klassediskussioner 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 samarbejdsøvelser, 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 fokusområder. Via begge tests 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 tests 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. Én elev, Zeynep Kuscu, 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 dét, 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

Pixie bøger skrevet af John Mejlgren

INSPIRIUS.DK

Kickstart de unge, der er gået i stå

Kickstart de unge, der er gået i stå" er en lærebog baseret på både praktisk og teoretisk viden om unge, der mistrives i det danske uddannelsessystem.
John Mejlgren har de sidste syv år arbejdet med unge, der har mistet gnisten i skolen eller gejsten i livet.

Bogen bygger på det succesrige kursusforløb "Fra handling til forvandling", hvor John Mejlgren holder kurser for unge i hele landet, der går fra at have mistet troen på, at de kan lære noget til en stor lyst til at tage en uddannelse eller finde en læreplads.
Bogen henvender sig primært til unge undervisere, men også ældre og erfarne undervisere kan få glæde af den komprimerede bog.

Ny bog fra John Mejlgren kan købes på SAXO.com

Silkeborg-redaktionen: silkeborg@mja.dk
Silkeborg-redaktør: Bent Nørgaard • Tlf: 87 22 84 41
Siden er redigeret af: Knud Jakobsen

Hvad vil du være når du bliver stor?
Kattekonge, kejser eller klodsmajor?
Kagekone, rejekælling, nissemand,
løvetæmmer, kræmmer, muffedissemand,
nattevægter, skattenægter, brillemand,
rotteplager, pottemager, spillemand,
herremand i Herning eller Frue i Paris?
.....
Jeg vil være lykkelig
og glad som en gris

HALFDAN RASMUSSEN

Hvad vil du være?

Coaching og virksomhedsbesøg hjælper unge i en særlig afklaringsklasse på Silkeborg Ungdomsskole med det svære uddannelsesvalg

AF KENNETH HUSUM
husum@mja.dk

SILKEBORG En særlig afklaringsklasse på Silkeborg Ungdomskole skal hjælpe unge, der er i tvivl om, hvad de vil med uddannelse og job.

Det er andet år, skolen har en klasse med brobygning på andre uddannelser, erhvervsbesøg, coaching og forskellige test som en hjælp til at vælge en uddannelsesvej.

Ud af de 24 elever i klassen sidste år - viser en gennemgang af deres situation nu - at kun to er droppet helt ud af et uddannelsesforløb. Langt hovedparten holder fast i det uddannelsesvalg, som de tog i afklaringsklassen.

- Der er mange, der gerne vil hjælpe dem med at finde ud af, hvad de skal, men de er selv nødt til at træffe et valg, så de føler, at de har ro i maven, siger Mads Ahrenkiel, der er lærer i klassen.

Han peger på flere årsager til, at det kan være svært at træffe det valg.

- De står jo i en situation, hvor der er rigtigt mange muligheder, og hvor det kan være svært at få det snævret ind. Når de vælger noget, så vælger de jo samtidig noget andet fra.

- Det kan også handle om selvtillid og om at turde tro på, at det man har valgt er det rigtige. Og at man selvfølgelig kan komme til at vælge forkert, uden at det behøver at have store konsekvenser, siger Mads Ahrenkiel.

For nogle kan det også handle om, at der er dårlige oplevelser fra skolen og lave karakterer i forhold til drømmene. De har derfor brug for et ekstra år til at blive løftet fagligt.

I løbet af året i afklaringsklassen møder eleverne forskellige virksomheder og arbejdspladser.

I ugens første tre dage er der normal undervisning, men kun med fagene dansk, engelsk og matematik. Om torsdagen er der en særlig praktisk profil med idræt, musik eller samfundsfag. Om fredagen er der kun afklaring på skemaet.

De seneste seks uger har eleverne haft besøg af coachen John Mejlgren, der har givet eleverne intelligens- og personlighedstest, der skal give en pejling om gode jobvalg.

Forleden afsluttede de 24 elever et seks uger langt coaching-forløb ved symbolsk at slå brædder over med de bare hænder. Her er det Buddha, der leverer et karatehug.
FOTO: JENS ANKER TVEDEBRINK

Hvorfor er det så svært af vælge?

CECILIA MATZEN, 16 ÅR, PLANER OM AT STARTE PÅ HANDELSGYMNASIET:
- Jeg har været rimelig fokuseret på at starte på handelskolen, men jeg har været i tvivl om, hvad jeg vil bagefter. Måske arbejde som sælger eller indkøber. Det er svært at beslutte sig, for man vil gerne vælge det rigtige. Jeg har talt med min far om det, som også arbejder som sælger, og jeg har taget forskellige test på skolen, der også har vist, at jeg skal arbejde med noget med handel.
FOTO: JENS ANKER TVEDEBRINK

MAGNUS BORREGAARD, 16 ÅR, PLANER OM AT BEGYNDE PÅ HOTEL- OG RESTAURANTSKOLEN:
- Jeg er ikke helt sikker endnu, men jeg kunne godt tænke mig at blive tjener. Jeg havde egentlig først tænkt, at jeg kunne tænke mig at være kok, men da jeg havde været i brobygning, fandt jeg ud af, at tjener nok mere var mig. Jeg har tænkt meget over min fremtid, og det var først her i 10. klasse, at jeg fandt ud af, hvad jeg gerne vil. Der er jo mange valg, og det er en ret stor beslutning.

RIKKE NIELSEN, 17 ÅR, PLANER OM AT STARTE PÅ HF:
- Jeg er lidt i tvivl om, hvad jeg gerne vil, men jeg regner med, at jeg gerne vil være dyrlæge. Jeg elsker dyr, og jeg kunne rigtigt godt tænke mig noget indenfor det lægelige. Det har været svært at finde ud af, fordi der er så meget andet, som jeg også gerne vil. Jeg er stadig ikke helt sikker, men jeg tror, at det er det. Jeg har nok egentlig ønsket det i lang tid, men jeg har manglet selvtillid til at tro på, at det kunne lade sig gøre.

POUL EMIL IBSEN, 17 ÅR, PLANER OM ENTEN EUX-MEKANIKER ELLER KOKKESKOLE:
- Jeg har to uddannelser, som jeg skal vælge imellem. Jeg vil gerne vælge rigtigt første gang, så jeg ikke kommer til at bruge lang tid og SU på noget forkert. Jeg synes, at det har været en hjælp at gå her på skolen, hvor jeg har lært meget om mig selv. Det var også en hjælp at komme i brobygning på kokkeskolen, det synes jeg var spændende.

TANJA THOMSEN, 16 ÅR, PLANER OM ENTEN HF ELLER SOSU-SKOLE:
- Jeg har haft svært ved at vælge, hvad jeg vil. Der er så mange muligheder. Måske vil jeg gerne være pædagog. Jeg har fået at vide af mange mennesker, at jeg er god til børn. Jeg har også været i praktik i en sfo og var glad for det. Jeg synes, at det har hjulpet at gå her på skolen. Jeg har blandt andet taget nogle prøver, der viser, at jeg er god til mennesker, og det har nok gjort mig mere sikker .

DIEUMERCI BOUSSA, 18 ÅR, PLANER OM HANDELSGYMNASIET:
- Jeg har tænkt på, at jeg gerne vil være journalist, men mens jeg er gået her på skolen, så er jeg kommet i tvivl om, at jeg måske i stedet skal være socialrådgiver. Jeg er god til at snakke med folk og få dem til at forstå hinanden. Jeg synes, at det er svært at vælge, for jeg kan godt tænke mig begge dele.

INSPIRIUS

Inspirerer unge til succes, selvværd og bedre fremtid

Spørgsmål?
Ring (+45) 23 31 04 22

SÅDAN FÅR DU FLERE UNGE I UDDANNELSE!

Til dig, der arbejder med (udfordrede) unge, og som søger en holdbar løsning på, hvordan du får mange flere unge i uddannelse og også hjælper dem med at bevare et positivt livssyn og en fast tilknytning til arbejdsmarkedet!

JOHN MEJLGREN COACH & FOREDRAGSHOLDER

Lær dem at finde sig selv

Giv dem lysten, inspirationen og begejstringen til at følge deres drømme

Giv dem noget at tro på

ALLE HAR NOGET, DER ER VÆRD AT KÆMPE FOR

Tager du ansvar for de unge, tager du ansvaret fra dem - lær dem at finde deres egen gnist, og de vil selv have lyst til at tage ansvar!

Når den unge finder det, der er værd at kæmpe for og får redskaber og indsigt til at forfølge det, så vil der åbne sig mange nye døre - døre, som ikke kun afhænger af en praktikplads.

"Fra Handling til Forvandling" er et innovativt, jordnært og gennemprøvet koncept, som både er baseret på personlig erfaring, 20 års arbejde med unge og den nyeste teori.

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 får lyst til at lære.
- tage ansvar og derigennem styrke deres selvtillid og opfattelse af sig selv.

FOR UNGE

FRA HANDLING TIL FORVANDLING

Værktøjer til at styrke troen på dig selv, på din fremtid og på fællesskabet

- Skab et trygt rum
- Genopdag din historie
- En manual til din hjerne
- Find det, du brænder for
- Målet, du altid kan nå
- Ønskerne for din fremtid

FOR VEJLEDERE OG UNDERVISERE

FRA LEDERSKAB TIL FØLGESKAB

Inspirér den enkelte til at se lyset i sig selv, i mulighederne og i fællesskabet

- Skab et trygt rum
- Vær dig selv
- Byg en bro
- Skab inspiration
- Giv incitament

Min mission er at afsløre, afdække og antænde det potentiale, der ligger gemt hos unge mennesker - uanset deres opvækst eller baggrund

Jeg hedder John Mejlgren!

Med udgangspunkt i principperne fra min egen historie og erfaring har jeg i over 20 år inspireret, formidlet og trænet unge mennesker til at se sig selv og deres muligheder i et større perspektiv.

Jeg har studeret nogle af de største tænkere, innovatører og autoriteter inden for mit felt og samtidig uddannet mig i formidlingens kunst og menneskets psyke. Og så har jeg i øvrigt læst tre bøger om ugen de sidste 20 år.

Du finder ikke en pædagogisk uddannelse på mit CV, fordi jeg selvfølgelig ikke vil blande mig i dit arbejde. Mit job er ikke at klæde de unge fagligt på, men derimod at skabe lyst og drivkraft, så de bliver mere modtagelige for verden omkring dem og endnu mere opsøgende på deres muligheder.

"John har formået at møde de unge, hvor de er. Med eksempler fra det virkelige liv har de unge set, at det kan lade sig gøre. De har fået værktøjer, som har hævet deres selvværd og selvforståelse. Kurset har virkelig gjort en forskel!"

Inge Lise Wulff, UU Center Syd

"John har en fantastisk kontakt til de unge, læser dem lynhurtigt både individuelt og i gruppen. Formidler let, jordnært og lige ud af landevejen uden at tale ned til de unge. Kæmpe overskud af øvelser, teori, ice-breakers, tid til tænksomhed - og tid til sjov!"

Mette Brendholdt Thomsen, UU Tårnby

"Hvis det var sådan at gå i skole, så kom jeg hver dag!"

Deltager på hold 2, 16 år.

Vil du høre mere om, hvordan jeg kan hjælpe dig og de unge, som du er ansvarlig for?

Forløbet kan gennemføres på mange forskellige måder og med forskellige former for involvering.

Lad mig starte med at vise dig, at jeg er den løsning, du mangler!

Navn: *

E-mail: *

Telefon:

Kontakt Mig

... eller tilmeld dig de løbende inspirationsmails

Navn: E-mail: Tilmeld

INSPIRIUS ★ John Mejlgren ★ Duntzfeltz Allé 28 ★ 2900 Hellerup ★ Tlf. 23 31 04 22