

Videndeling om

Coaching af tosprogede unge

i Vejle Kommune

- et delprojekt under projektet Tjansen

"Jeg har lært så meget om mig selv!"

"Jeg kan vælge det, der er godt for mig!"

"Jeg tror på at, jeg nok skal nå mit mål!"

"Jeg kan få mig selv fremad!"

"Jeg har vendt modvind til medvind!"

Rapport skrevet af :
Coach Louise Ravn Vælds fra coachvirksomheden Human-Care.dk Coaching

Indholdsfortegnelse

Forord	3
Ideen til projektet	3
Elevprofil da forløbet startede	4
Eksempler på konkrete resultater	4
Elevernes udbytte	5
Selvværd.....	5
Aktive og bevidste valg.....	5
Motivation for uddannelse.....	5
Ansvar for eget liv.....	5
Samarbejde på tværs	6
Coaching	6
Empowerment	7
Teoretisk og erfaringsmæssig baggrund	7
Målgruppe	8
Rammer og opstart	8
Indhold i samtalerne	9
Citater fra de unge [.....	10
Udfordringer i forhold til forløbet	11
Hvad kan coachingen i forhold til andre tilbud	12
Anbefalinger til fremtidigt arbejde	13
Kort uddybning af teoretisk baggrund	15
Kognitiv teori.....	15
Systemisk teori.....	15
Appreciative inquiry (AI)	16
Afrunding	18

Forord

Hensigten med denne rapport er videndeling til de samarbejdspartnere der har været med til at løfte projektet igennem, samt at give andre fagpersoner inspiration til metoder og værktøjer, som kan bruges i forbindelse med arbejdet med at nå uddannelse til 95% af en ungdomsårgang.

Det har været en fornøjelse at følge disse elevers processer, som i forløbet, har udviklet sig til åbne, motiverede unge mennesker, som er ivrige efter at lære og skabe positive forandringer for sig selv.

Der skal lyde en tak, til lærere og ledelsen på 10'ende i Vejle, ledelsen samt medarbejderne ved UU-vejledningen i Vejle kommune, projektmedarbejdere i Tjansen, undervisere på Vejle teknisk skole samt det administrative personale på VUC, handelsskolen og Teknisk skole i Vejle og Kolding, som alle har udvist velvilje til at dele erfaringer og hjælpe med praktiske opgaver.

Ideen til projektet

Ideen til projektet opstod efter, at pressen havde bragt adskillige indslag, om unge der droppede ud af deres uddannelsesforløb, og ikke fik afsluttet deres uddannelse. I Human-Care.dk havde vores fokus på coaching, familie udvikling og læring overbevist os om, at coaching ville kunne gøre en forskel i forhold til unge på alle uddannelsestrin. Og det ønskede vi at dokumentere igennem et afgrænset projekt.

Eleverprofil da forløbet startede

Eleverne havde, da forløbet startede, en usikkerhed i forhold til deres egne evner og muligheder fagligt og generelt i livet. For de flestes vedkommende betød det højt fravær, lav grad af aktiv deltagelse i timerne, manglende overblik over bøger og papir og begrænset ansvarlighed omkring lektielæsning.

Eksempler på konkrete resultater

- Eleven har udviklet sig til en seriøs studerende, som gerne vælger lektierne frem for en tur med vennerne.
- Eleven har besluttet sig for karrierevalg, og arbejder målrettet hen imod målet.
- Eleven tog stilling til ”tvangsægteskab”, og har i samråd med familien besluttet at udsætte valg af partner og forlovelse.
- Eleven har opnået kontrol over stress og aggressiv adfærd.
- Eleven fik tilmeldt sig uddannelsen, og havde i løbet af de første 2 måneder opnået høje karakterer for udførte opgaver.
- Eleven har øget sin motivation og indsats i skolearbejdet og sin tro på egne muligheder.
- Eleven blev mere udadvendt og aktivt deltagende i undervisningen.
- Eleven søgte og fandt læreplads.
- Eleven er begyndt at overholde skolens mødepligt.
- Eleven søgte og fandt fritidsjob, med en forbedret økonomisk situation til følge.
- Eleven har nedsat sin nervøsitet og eksamensangst markant.
- Eleven fik skrevet en god ansøgning.
- Eleven tilmeldte sig sin drømme uddannelse og blev efterfølgende udvalgt til en læreplads.
- Eleven er begyndt at sige fra overfor forslag fra venner om at pjække.

Elevernes udbytte

Selvværd

Et vigtigt element i forløbet har været, konstant at gøre brug af og forstærke alle de ressourcer og positive erfaringer de unge har med sig. Der er blandt andet blevet hentet tro på egen kraft, ved at fokusere på den unges evne til at navigere og overleve psykisk eller fysisk i forhold til eks. mobning, udelukkelse, krigsoplevelser eller forsvar af egne værdier i pressede situationer. Denne forstærkning og bevidstgørelse af de unges indre styrker har øget deres selvværd, så de har haft overskud og mod til at handle på nye måder i forskellige sammenhænge - både privat og i uddannelsesregi, bryde negative mønstre, som de før havde svært ved at bryde ud af og være tro mod sig selv i forhold til eksempelvis sundere livsstil og egne værdier.

Aktive og bevidste valg

Forløbet har givet eleverne bevidsthed om, hvilke redskaber og styrke de har, således at de har været i stand til at foretage selvstændige, aktive og bevidste valg omkring til og fravalg i uddannelsen. Ligesom den øgede bevidsthed og empowerment (se definition side 6) har påvirket stillingtagen til sunde eller mindre sunde relationer, hvor nogle elever er begyndt bevidst at vælge, styrke og udbygge relationer og venskaber, hvor mål med livet, opbakning og støtte er i fokus.

Motivation for uddannelse

En vigtig del af den indre motivation for uddannelse er at eleven har en ide om, hvad uddannelsen skal bruges til og en tro på at det kan lykkes at gennemføre uddannelsen og nå det efterfølgende mål. I coachforløbet har der været et gennemgående fokus på at blive bevidst om sine drømme, og hvordan disse kan realiseres. Disse unge har vist, at det de virkelig ønsker sig er at kunne skabe et godt livsfundament for sig selv og deres kommende familie. Alle de unge har været igennem nogle sessioner, hvor de satte ord på deres drømme både professionelt og privat. Det blev, for alle de unge, en glædesfyldt og rørende oplevelse at sætte ord på disse drømme. Og de unge blev igennem dette arbejde bevidste om, hvor vigtigt næste trin i deres uddannelsesforløb var.

Ansvar for eget liv

De unge som har deltaget i coachforløbet, er blevet bevidste om, at der er mange faktorer, de selv kan påvirke for at fremme deres egen situation. Flere har eksempelvis taget et personligt ansvar for at forbedre kontakten til specifikke lærere, øge brugen af ressource personer i deres netværk og selv foretage undersøgelser af fremtidsmuligheder. Der er tilfælde, hvor de unge har givet udtryk for, at det er takket være coachen at de har opnået det ene eller det andet. Og her er de unge, hver gang, blevet gjort bevidste om, at de selv har reflekteret, selv har besluttet og selv har handlet. Dette har medført at de unge over de sidste 2-3 sessioner har ændret fokus, fra at give udtryk for en forestilling om at være blevet hjulpet, til en personlig tilfredshed over at reflektere, beslutte og handle. De har på den måde vist at de har flyttet sig fra at have en opfattelse af at blive hjulpet eller skulle hjælpes til selv at tage magten over deres eget liv.

Samarbejde på tværs

Det er vigtigt at nævne at coaching ikke er, og aldrig må blive et alternativ til den eksisterende studievejledning og ungdoms uddannelsesvejledning. Ligesom det ikke er et alternativ til uddannelsesstedernes vejledning og mentoring af elever. Coaching er et supplement som kan tilbydes unge uanset elevens faglige niveau og uddannelsesmål. Dette supplement øger til gengæld værdien og effekten af de øvrige tilbud. Samarbejdet imellem coachen og UU-vejledere, kontaktlærere og ledelse på 10'ende skolen har været et vigtigt og bærende element i gennemførelsen af projektet. Da de pågældende personer har været medvirkende til at dele viden, erfaringer, give råd og vejledning omkring problemstillinger i forhold til arbejdet med de unge.

Coaching

Coaching er en anerkendende, fokuseret og målrettet kommunikation, der:

- Skaber resultater
- Afklarer
- Udvikler
- Ansvarliggør
- Optimerer
- Skærper opmærksomhed
- Styrker kompetencer – fagligt, personligt og interpersonelt
- Skaber større bevidsthed
- Udfordrer rutiner, begrænsninger, antagelser og mønstre

I coaching bruger coachen sin viden og sine erfaringer til at stille spørgsmål, som skærper opmærksomheden og får fokuspersonen til at gøre sig nye overvejelser. Sproget er positivt, fremadrettet og anerkendende. Der arbejdes ud fra fokuspersonens egne ressourcer og erfaringer. Samtalerne tager udgangspunkt i klart definerede mål, og munder ud i konkrete handlinger, fra gang til gang. Instruktioner, rådgivning og løsningsmodeller forekommer sjældent i coaching.

I coaching udforskes nutiden med det formål at udforme konkrete mål, som gør at man når en ønsket fremtidig tilstand.

Det er coachens opgave at assistere til at fokuspersonen:

- får defineret realiserbare mål ud i fremtiden
- finder frem til, hvad der skal til for at nå disse mål.
- overkommer de forhindringer, der evt. opstår på vejen mod målet
- oplever mange små synlige succeser

Empowerment

Empowerment er både en proces og et mål i sig selv. De mest udbredte forklaringer på hvad empowerment er er: At blive herre i eget hus eller at generobre magten over livet. Det vil sige at opnå kontrol over de kritiske og afgørende faktorer, der holder mennesker fast i en afmagt, hvor de ikke har kontrollen.

Alle mennesker har behov for at skabe sig et godt liv, og det gode livs fundament er at opleve en sammenhæng i tilværelsen, således at den opleves som begribelig, håndterbar og meningsfuld. På individuelt plan udmønter empowerment sig i styrket selvværd, en evne til at være fortalere for sig selv og foretage aktive valg samt handle ud fra disse valg.

Teoretisk og erfaringsmæssig baggrund

Coachen, som har arbejdet med de unge i projektet har, udover at være uddannet professionel coach, en teoretisk og praktisk baggrund indenfor familieterapi, pædagogik og psykologi.

Der findes forskellige retninger og teoretiske grundlag indenfor coaching området. I dette tilfælde bygger coachens metoder på en kombination af nedenstående tre hovedelementer:

Kognitiv teori, bygger på at der i mennesket er en nøje sammenhæng imellem tanker, følelser, kropslige fornemmelser/symptomer og handlinger. Disse 4 elementer påvirkes konstant af hinanden.

Systemisk tankegang, tager udgangspunkt i, at ethvert menneske indgår i et utal forskellige systemer. Og at individets personlighed skabes gennem relationerne til og samspillet med andre.

Appreciative inquiry, er en samtaleform, som udforsker styrker, succeser, udviklingsmuligheder og håb for fremtiden.

Se side 13 for en kort uddybning af de tre emner.

Målgruppe

8 unge fra boligområderne Løget og Nørremarken, Vejle i alderen 15-19 som går på 10. klasse Egen Skole hvor formålet er, at de fortsætter videre ind i en ungdomsuddannelse.

Projektet var målrettet tosprogede unge(etniske), som blev udvalgt ud fra nedenstående kriterier:

- Unge der har basis ressourcer til at komme videre ind i en ungdomsuddannelse
- Unge med begrænset motivation
- Unge som går i forsvar i dialogen med ansvarshavende voksne
- Unge som har svært ved den interne refleksion
- Unge som udviser begrænset eget ansvar

Disse unge mangler empowerment som til dagligt ses ved, at den unge ikke får tilmeldt sig til ungdomsuddannelsen til tiden, papirer bliver væk, aftaler overholdes ikke, skoletasker glemmes og der forsøges at snyde, hvor der snydes kan. De føler sig ofte uretfærdig behandlet og går i forsvar ved dialog.

Udvælgelsen af de konkrete unge skete i et samarbejde imellem UU-vejle og ledelsen på 10.

Det var coachens ønske at modtage de unge med positive forventninger, som ikke var blandet med problematiske forhistorier. Dette gjorde man ved, at kontaktpersoner fik til opgave at komme med et positivt ord, som var kendetegnene for den enkelte elev. Det blev til 3 ord pr. elev, og dette var, udover navnet, det eneste udgangspunkt, coachen havde da projektet blev sat i gang.

Rammer og opstart

Hver person deltog i 8 coach-samtaler i tidsrummet 15. maj til 15. dec. Samt en opfølgende samtale i feb. 2008. De første 3 samtaler blev holdt før den unge gik på sommerferie. 4. samtale blev gennemført i sommerferien, og de resterende samtaler blev gennemført i tiden mellem aug og dec.

Coachforløbet var tilrettelagt som et hvilket som helst andet professionelt coachforløb, og det var vigtigt for samarbejdet, at forløbet blev opstartet på samme professionelle måde. Hver deltager fik kort rammerne at vide fra starten. Dette indebar at vi både talte om, hvilke krav der var til de unges deltagelse, og hvad de kunne forvente af kvalitet og ydelser fra coachen. Derudover blev der udfyldt registreringsblanket og samarbejdsaftale. Og hver deltager fik udleveret coachens visitkort med mailadresse og telefonnummer.

Der har igennem hele forløbet været stor interesse og nysgerrighed fra andre elever, som ikke deltog i projektet. Elever og venner kom og stillede pudsige spørgsmål såsom:

Skal han have psykologhjælp?
Er det fordi han ikke opfører sig ordentligt?
Skal hun snakke med dig fordi hun har problemer?
Er du psykolog?
Kommer du fra kommunen?

Og det samme svar alle fik på disse spørgsmål var:

Nej, (navn) er en af de seriøse, og hun bliver coachet for at nå sine mål. Jeg er hendes coach.

Indhold i samtalerne

De unge har selv bestemt, hvad samtalerne skulle handle om når vi mødtes. Hvis eleven ikke havde forberedt et emne eller fokuspunkt, tog coachen udgangspunkt i varierende emner. Nedenfor fremgår en liste over nogle af de emner, de unge arbejdede med:

Motion og styrketræning	Lektier
Kæreste problemer	Eksamensangst
SU	Jobsøgning
Ægteskab og forlovelse	Praktikpladssøgning
Fremtidsdrømme	Euforiserende stoffer
Rygestop	Traumatiske oplevelser
Karakterer	Venskaber
Motivation	Økonomi
Stress	Religion og tro
Livsværdier	Familieforhold
Generthed	Usikkerhed
Frygt for ikke at kunne gennemføre uddannelse	

Citater fra de unge

Anført anonymt efter aftale

"Det er ikke fordi, jeg ikke vil have en uddannelse."

"Jeg tror meget mere på mig selv nu."

"Min far blev helt overrasket over, at jeg sagde nej, fordi jeg hellere ville lave lektier."

"Nu er jeg ikke så bange mere, så nu tør jeg godt."

"Nu har jeg lært at skrive en ansøgning."

"Det er godt at tale om det her. Og det er dejligt at blive talt til, som om jeg er voksen, og godt kan klare det."

"Jeg kan føle mig mere rolig, når jeg stiller mig op foran andre mennesker – det er ok at være lidt nervøs nogle gange."

"Det er første gang jeg rigtig tror på at, jeg nok skal nå mit mål."

"Nu kan jeg bedre sige nej til mine venner."

"Jeg vil vælge at være sammen med mennesker, som kan hjælpe mig fremad, fremad, fremad."

"Jeg ved at jeg kan, fordi jeg har ændret mig rigtig meget i løbet af det sidste år."

"Det var dejligt at drømme om fremtiden."

Udfordringer i forhold til forløbet

Coaching kan være et svært begreb at forstå

I starten har det været svært for flere af de unge at forholde sig til selve begrebet coaching. Selv når man forklarer coaching begrebet kort og enkelt, kan det være svært at forholde sig til. Erfaringer har vist, at der for nogle unges vedkommende er gået 2-3 sessioner, før de var helt overbeviste om effekten af den træning, de gennemgik i sessionerne.

De unge lever i nu'et

I gennem forløbet har de unge vist, at de lever så meget i nu'et, at de ikke er bevidste om at reflektere løbende over muligheder og større og mindre udfordringer. Dette har betydet, at hver session, for de flestes tilfælde, har taget udgangspunkt i nu og her problematikker. Erfaringer har derfor vist, at det i mange tilfælde tog tid for den unge at opdage små synlige succeser i hverdagen. Ligesom det ikke kunne forventes, at den unge havde reflekteret over, forberedt sig eller arbejdet bevidst på specifikke områder imellem hver session. Af samme grund, har det til tider været svært for både den unge og coachen at "måle" effekten af arbejdet.

At ramme de unges sproglige kompetencer

Der kan i coaching være en fare for at stille spørgsmål på et abstraktions- og refleksionsniveau, som ikke rammer den unges sproglige kompetencer. For at undgå dette, kan der samtidig være en fare for, at man i stedet får formuleret sig for pædagogisk så den unge oplever sig talt ned til. Derfor er det vigtigt at være sig bevidst hele tiden at skabe en ligeværdig dialog, hvor fokuspersonen tildeles rollen som eksperten i sit eget liv.

Ansvarlighed

Da forløbet startede var det tanken at den enkelte unge skulle være ansvarlig for at aftaler blev overholdt, melde afbud i god tid og i det hele taget tage sin del af ansvaret for at forløbet blev gennemført (se også vedlagte kontrakt). På trods af sms-påmindelser har der i hele forløbet været adskillige eksempler på at den unge glemte aftaler, kom op til 30 min. senere end aftalt og ikke gav besked aflyste aftaler med kort varsel – ofte først når sessionen skulle være startet. Ligesom der har været adskillige eksempler på at den unge er mødt op men kun har afsat 15-30 min. til sessionen, som de godt vidste normalt varede 60 min. Det er dog kendt fra andre sammenhænge, da dette også jævnligt forekommer i coachforløb med virksomhedsledere og ansatte.

Hvad kan coachingen i forhold til andre tilbud

Ikke en del af det eksisterende system.

For de unge har det haft en betydning, da forløbet startede, at coachen ikke var en del af skolen, kommunen eller de øvrige systemer de i det hele taget var vant til.

Ikke en rådgivende funktion

Som nævnt tidligere i rapporten er det ikke coachens opgave at instruere, rådgive og foreslå løsningsmodeller. Dette gav de unge en mulighed for at være udforskende og åben omkring drømme og udfordringer.

Mere tid til den enkelte

Forløbets rammer var klart defineret på forhånd. Hver enkelt ung har i alt modtaget minimum 8-9 timers coaching. Derudover modtager de en opfølgende samtale ultimo februar. Det er få steder, at rådgivende funktioner har så meget tid til rådighed, at de kan tilbyde en række samtaler af den karakter.

Individuelle forløb

Coaching er et individuelt forløb, hvor coachen fokuserer 100% på individet i hver session. Dette betyder, at møderne bliver meget koncentrerede og i en tone og atmosfære, som er tilpasset den enkelte. Den skal unge udelukkende forholde sig til egne temaer, og skal kun bruge tid og opmærksomhed på løsninger og muligheder, som er relevante for sig selv. Desuden betyder de individuelle møder, tavshedspligten og mængden af tid, der er til rådighed, at de unge tager emner op, som de ellers ikke diskuterer med nogen.

Mulighed for flexible metoder og mødesteder

Sessionerne blev afholdt der, hvor det var nemmest for den unge. Det vil sige at der har været holdt møder på 10'ende, handelsskolen, teknisk skole i Vejle og teknisk skole i Kolding, i Løget og ved Find ind på Nørremarken. I flere tilfælde har coachen flyttet mødet, med 10. minutters varsel, til der hvor den unge opholdt sig, pga. manglende buspenge, punkterede cykler ol. Alle skoler har været meget velvillige omkring udlån af mødelokaler.

Derudover har coachen gjort brug af alternative metoder til de unge, som har brug for det. Eks. har nogle af de unge haft svært ved, at skulle sidde stille og føre lange samtaler. Her har der været gjort brug af en coachmetode, hvor en session afholdes, imens man går i nærområdet eller naturen. Andre har haft akut brug for coaching, og har derfor haft glæde af at modtage ekstra coaching over telefonen.

Personlig relation

Nogle af de unge har ønsket at kende til coachens faglige og personlige baggrund. Nogle unge har haft brug for at spørge om coachens familie, politiske holdning, coachens kommunale tilhørsforhold mm. Pga. samtalerne længde har det været muligt, at bruge nogle få minutter på disse emner, når behovet var tilstede.

Ingen forhistorie

Da forløbet startede vidste de unge, at coachen ikke kendte deres forhistorie. Og ud over den unges navn, var den eneste introduktion til hver ung, de tre positive ord, som coachen havde modtaget fra relevante personer omkring den unge. Da coachen ikke er en del af det eksisterende system, betyder

det at den unge har haft mulighed for at skabe en helt ny relation. Coachens udgangspunkt for relationen til den enkelte unge har været en overbevisning om, at hver enkelt af disse unge, var et seriøst menneske, som ville noget med sit liv, var en stærk personlighed, havde ressourcer og drømme og en lang række livserfaringer at bygge videre på.

Anbefalinger til fremtidigt arbejde

Coachkompetencer

For at sikre at forløbet bliver udbytterigt og af høj kvalitet, bør man sikre sig, at den coach man vælger til at løse sådanne opgaver, som minimum har både en anerkendt coachuddannelse og en solid coacherfaring.

Klare rammer

Uanset antallet og længden af de samtaler man planlægger at tilbyde den unge, så er det vigtigt, at begge parter kender rammerne for forløbet. Det forpligter den unge at vide, over hvor lang tid forløbet vil strække sig, og hvad der forventes af den unge under forløbet.

Afslut med ny aftale

Selvom der er en flere uger imellem hvert møde, er det vigtigt at lave nye aftaler ved afslutningen af hvert møde. Dette vil styrke motivationen, og give den unge et holdepunkt.

Fast mødested

Da de unge ved forløbets afslutning blev spurgt, om de havde forslag til forbedringer, var der nogle der foreslog et fast mødested, som var uafhængigt af uddannelsesinstitutionerne. Det kunne evt. være et hyggeligt og uhøjtideligt lokale i nærmiljøet, hvor de unge bor.

Budget

Det må anbefales at der i et forløb med 8 sessioner og et opfølgningssmøde desuden budgetteres med tid til telefonsamtaler, aflyste sessioner, sms-påmindelser og mail-korrespondancer mm. Det vil også være nødvendigt at afsætte tid til møder og kontakt med relevante kontaktpersoner, studievejledere mv. på uddannelsesinstitutionerne. Og hvis man ønsker at dokumentere forløbet og opsamle viden, må der ligeledes budgetteres med tid til denne opgave.

Konkrete opgaver

Der kan opstå situationer, hvor den unge slet ikke kan komme i tanke om, hvad indholdet i coach-sessionen skal være. Og her kan det være en fordel at have et udvalg af øvelser, konkrete opgaver eller udfordringer klar, som kan være med til at skærpe den unges opmærksomhed og få denne til at gøre sig nye overvejelser.

Inddrag emner som integration og kultur

For tosprogede unge især er det anbefalelsesværdigt, at inddrage emner som omhandler kulturelle udfordringer og spørgsmål omkring religion, ægteskaber samt spørgsmål omkring generelle udfordringer i forhold til integration.

Samtaler i sommerferien

Hvis forløbet, som i dette tilfælde, strækker sig hen over en sommerferie og et skole skift, er det tilrådeligt at afholde minimum 1 coach samtale i løbet af sommerferien. Det giver den unge en oplevelse af kontinuitet, og støtter den unge i at bevare motivationen og selvtilliden.

Muligheder for at fortsætte udviklingen

Erfaringerne har vist at 8 sessioner over 7 måneder virkelig kan flytte noget. Og på baggrund af, at det tager tid at skabe relationen og at det tager tid for den unge at blive overbevist om, at coaching flytter dem, kan det ikke anbefales at gøre forløbet kortere. De 8 sessioner kan skabe grobund for, at den unge kan blive mønsterbryder. Men da de unge i denne sammenhæng er udsat for mange udfordringer i hverdagen er det anbefalelsesværdigt ikke at slippe dem midt i deres uddannelsesforløb, men i stedet forlænge forløbet til de afsluttende eksamener, for de som ønsker dette. Alternativt bør det overvejes, om der findes mentorordninger, som disse unge kan tilbydes, så de fortsat får støtte og opbakning til at fortsætte deres positive udvikling.

Kort tid imellem de første 3 møder

Da de unge, som tidligere anført, lever meget i nu'et, er det vigtigt for relationsopbygningen, at de 3 første sessioner afholdes med maximum 2-3 ugers mellemrum. Hvis forløbet, som i dette tilfælde, opstartes ved afslutningen af det 10. skoleår, kan det som sagt anbefales, at alle elever deltager i 1-2 sessioner i løbet af sommerferien.

Samarbejde med relevante ressourcepersoner

Det er en fordel, hvis coachen i lignende projekter indgår et tæt samarbejde med relevante ressourcepersoner. Her kan hentes viden, råd og trækkes på erfaringer fra personale som har med de unge at gøre til daglig.

Samarbejde med uddannelsesstederne

Uddannelsesstederne er et oplagt udgangspunkt for at starte et coachforløb op. Her kender lærere og UU-vejledere og studievejledere de relevante unge, og coachen kan i samarbejde med disse finde frem til de unge, som vil have gavn af forløbet. I det hele taget kan det være en fordel for coachen, at have kendskab til, hvor den unge kan indhente relevant rådgivning, vejledning og støtte.

Forældresamarbejde

Der har i dette projekt ikke været samarbejde imellem forældre og coach. Det må overvejes nøje, før et sådant samarbejde igangsættes, da en del af de unge har haft glæde af, at kunne arbejde med temaer, som det var vigtigt for dem, at deres forældre ikke havde kendskab til. Og der kan sættes spørgsmålstegn ved, om den åbenhed og tillid de unge har udvist i forløbet, vil være til stede, hvis forældrene inddrages i samarbejdet.

Coachens image

Det er en fordel for coachen, uanset om denne er offentligt/kommunalt ansat eller en udefrakommende selvstændig coach, at dennes image og arbejdsopgave ikke kobles sammen med det generelle kommunale system eller uddannelsessystemet.

Kort uddybning af teoretisk baggrund

Kognitiv teori

Kognitiv coaching er en udviklings- og indlæringsproces, hvor coachen stimulerer og udvikler fokuspersonens tanker, følelser og adfærd med sigte på konstruktive løsninger. En forudsætning for forandring er, at fokuspersonen formulerer sit mål klart og tydeligt tidligt i coachingen. Herefter begynder hele udforskningen, hvor det handler om erkendelse og tankeprocesser – de kognitive principper – som bygger på psykiateren Aaron Becks kognitive model. Denne model består af 4 områder:

- Adfærd
- Tanker
- Følelser
- Krop

Disse 4 områder påvirker hinanden, og der kan arbejdes med forandringer ud for hver enkelt område, og man ved, at der vil ske en påvirkning af de 3 øvrige områder.

Coachen udforsker fokuspersonens tanker om sig selv, andre og fremtiden. Coachen udforsker desuden, hvilken indvirkning disse tanker har på fokuspersonens handlinger, følelser og kropslige fornemmelser. Coachingen handler her dels om at få balance i systemet og dels om vækst og opbygning. Dette opnås når fokuspersonen assisteres til større indsigt i sammenhængene imellem de 4 områder.

Systemisk teori

Den systemiske tænkning har sin oprindelse i familierapien. Den systemiske tænkning tager udgangspunkt i, at ethvert menneske indgår i et utal forskellige systemer. Og at individets personlighed skabes gennem relationerne til og samspillet med andre. Dette betyder på individ plan, at mennesket forholder sig kontekst bestemt til, sig selv, hinanden og til omgivende systemer. I den systemiske coaching skal coachen

- udforske fokuspersonens verdensbillede, fordi individer, ifølge den systemiske tænkning har hver deres forståelse af verden.
- kunne lytte til nuancerne i fokuspersonens sprog, fange disse, forstå dem og kommunikere med fokuspersonen ud fra disse nuancer.
- være i stand til at stille mange typer af spørgsmål, for at sætte refleksion og forandring i gang hos fokuspersonen.
- assistere fokuspersonen til at forstå handlinger i den kontekst de fandt sted, og med de relationer der var tilstede.

Når coachen evner at inddrage både den kognitive og den systemiske teori i coachingen, betyder det, at fokuspersonen får mulighed for at arbejde med erkendelse, bevidstgørelse, forandring og

udvikling ved udforskning af konteksten, som er den systemiske vinkel, samt de tanker følelser og handlinger, der er relateret til de udfordringer fokuspersonen ønsker at tage hånd om.

Appreciative inquiry (AI)

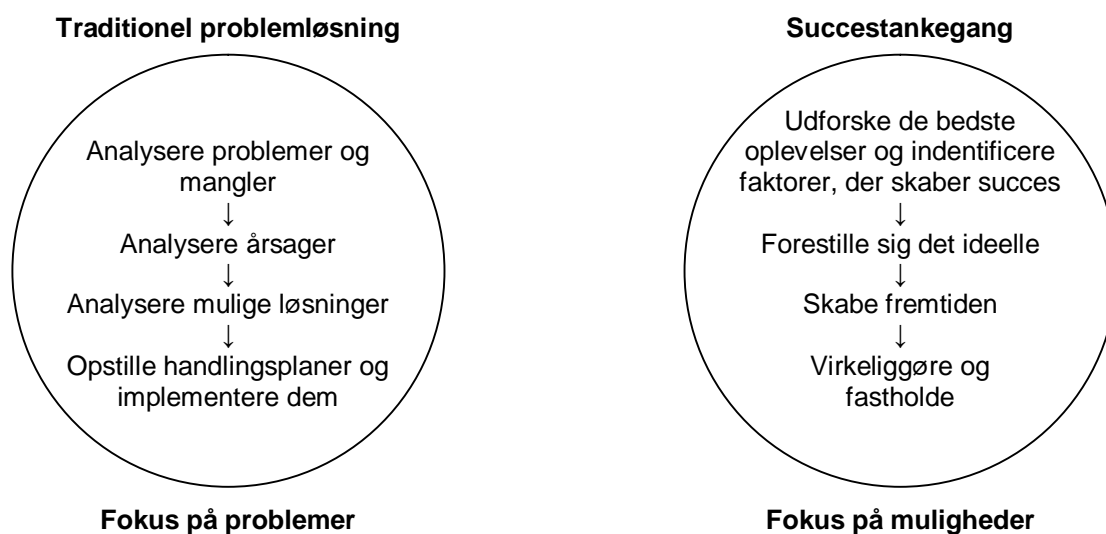
To appreciate betyder at værdsætte, sætte pris på, anerkende det der har værdi og som er værd at sætte pris på

To inquire betyder at spørge, udforske, stille spørgsmål, undersøge.

Appreciative inquiry er en undersøgelse af styrker, succeser, udviklingsmuligheder og håb for fremtiden.

I coachsammenhænge betyder det kort fortalt, at forandringer sker bedst ved at anerkende fokuspersonens værdier, eget udgangspunkt og verdensbillede. Med AI fokuseres der på det der virker, samt de store og små synlige succeser fokuspersonen har opnået og opnår.

AI vender op og ned på den traditionelle opfattelse af, hvordan man løser problemer. Se nedenfor:



8 udgangspunkter

Der er 8 udgangspunkter, som coachen må overveje nøje, hvis denne skal lykkes med at gøre brug af AI som metode i coaching processen.

1. I ethvert samfund, i enhver organisation og hos ethvert menneske er der noget som virker godt.
2. Det vi fokuserer på, bliver vores virkelighed.
3. Virkeligheden skabes i øjeblikket og der er flere virkeligheder og flere verdensbilleder.
4. Den måde der spørges på influerer på svaret.

5. Mennesker er mere trygge, og har det bedre med at gå ind i fremtiden (det ukendte), hvis der er medbringes dele fra fortiden (det kendte).
6. Når man medbringer noget fra fortiden, skal det være det bedste derfra.
7. Det er vigtigt at værdsætte forskellighed.
8. Det sprog, vi bruger er med til at skabe vores virkelighed.

4-D modellen

I coachsessionen arbejdes der med 4 faser, som kaldes 4-D. Hvert D står for henholdsvis:

- Discovery (opdage) At opdage og anerkende det bedste af det der er.
- Dream (drømme) At forestille sig at disse forhold var tilstede hele tiden, og hvad virkningen ville være.
- Design (skabe) At konstruere fremtiden med disse forhold.
- Destiny (fastholde) At virkeliggøre og fastholde ved at beslutte og foretage konkrete handlinger.

Afrunding

Ud fra effekten og resultaterne, som de unge har opnået i coach-forløbet, kan vi med glæde konstatere, at coaching er en effektiv og økonomisk rentabel metode til at fastholde unge i uddannelse. Lige som det er en effektiv metode til at give dem redskaber, motivation og selvtillid til at skubbe sig selv fremad. I løbet af 2007 er man landet over begyndt at arbejde målrettet efter en målsætning om at opnå uddannelse til 95% af alle unge på en ungdomsårgang. Og det skal derfor nævnes at coaching kan anbefales som redskab/metode til netop at nå denne målsætning.

Forudsætningerne for at et forløb kan gennemføres med et højt udbytte er at:

Coachen

- har en anerkendt coachuddannelse og solid coacherfaring
- kontinuerligt arbejder på at være værdig til elevens tillid
- overholder tavshedspligten
- lader eleven beslutte, hvilke emner der er vigtige at arbejde med

Eleven

- er motiveret og deltager frivilligt
- selv har et ønske om at skabe positive forandringer
- har en gnist
- har tillid til coachen

6 ud af 8 elever gennemførte hele forløbet. Disse 6 elever er fortsat under uddannelse, hvoraf 2 er startet i lære indenfor deres fag. De to elever som ikke gennemførte hele forløbet, gennemførte henholdsvis 2 og 3 samtaler. Den ene af disse var pr. 20. december ude af uddannelsessystemet.