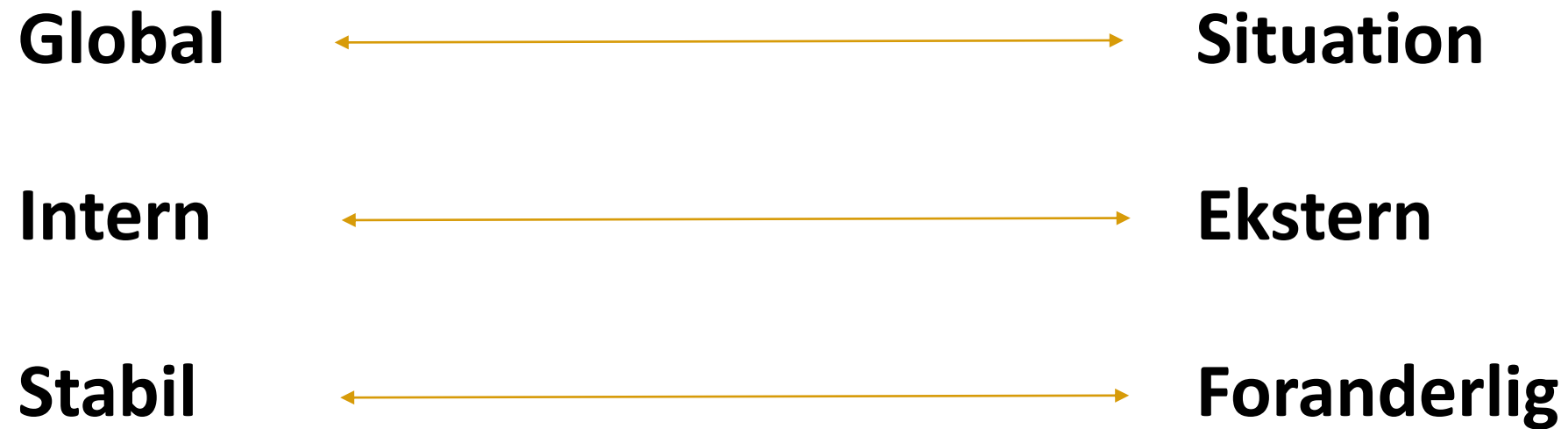


Forebyggelse i studiestarten





Attributionsteori: Hvordan forstår vi modgang?



Eksempler på attributioner

Oplevelser

Noget man ikke forstår

Negativ feedback

Spiser frokost alene

Tolkninger

"Jeg er ikke god nok" (*intern*)

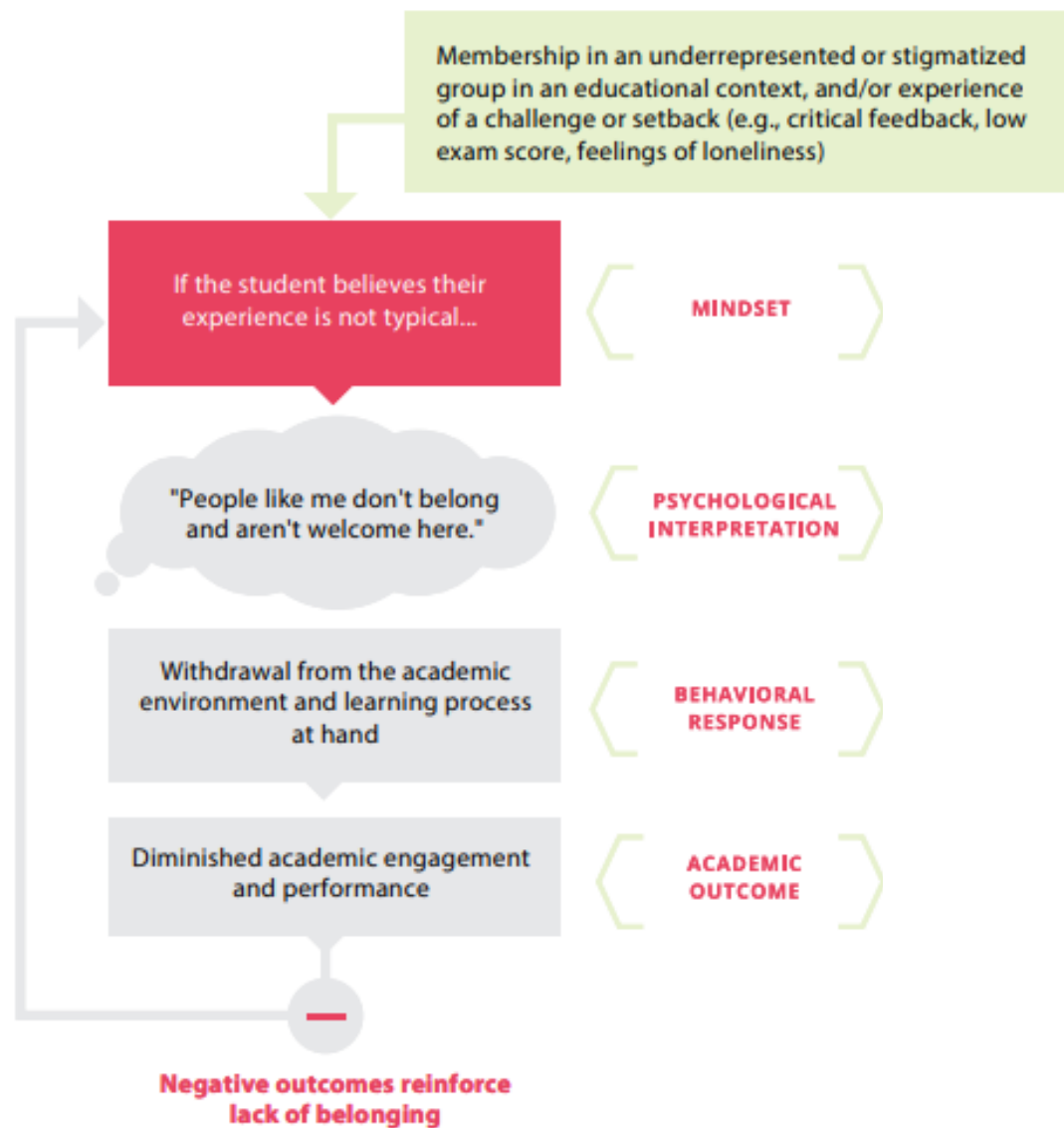
"Alle andre får 12" (*global flertalsmisforståelse*)

"Jeg lærer det aldrig" (*Stabil*)

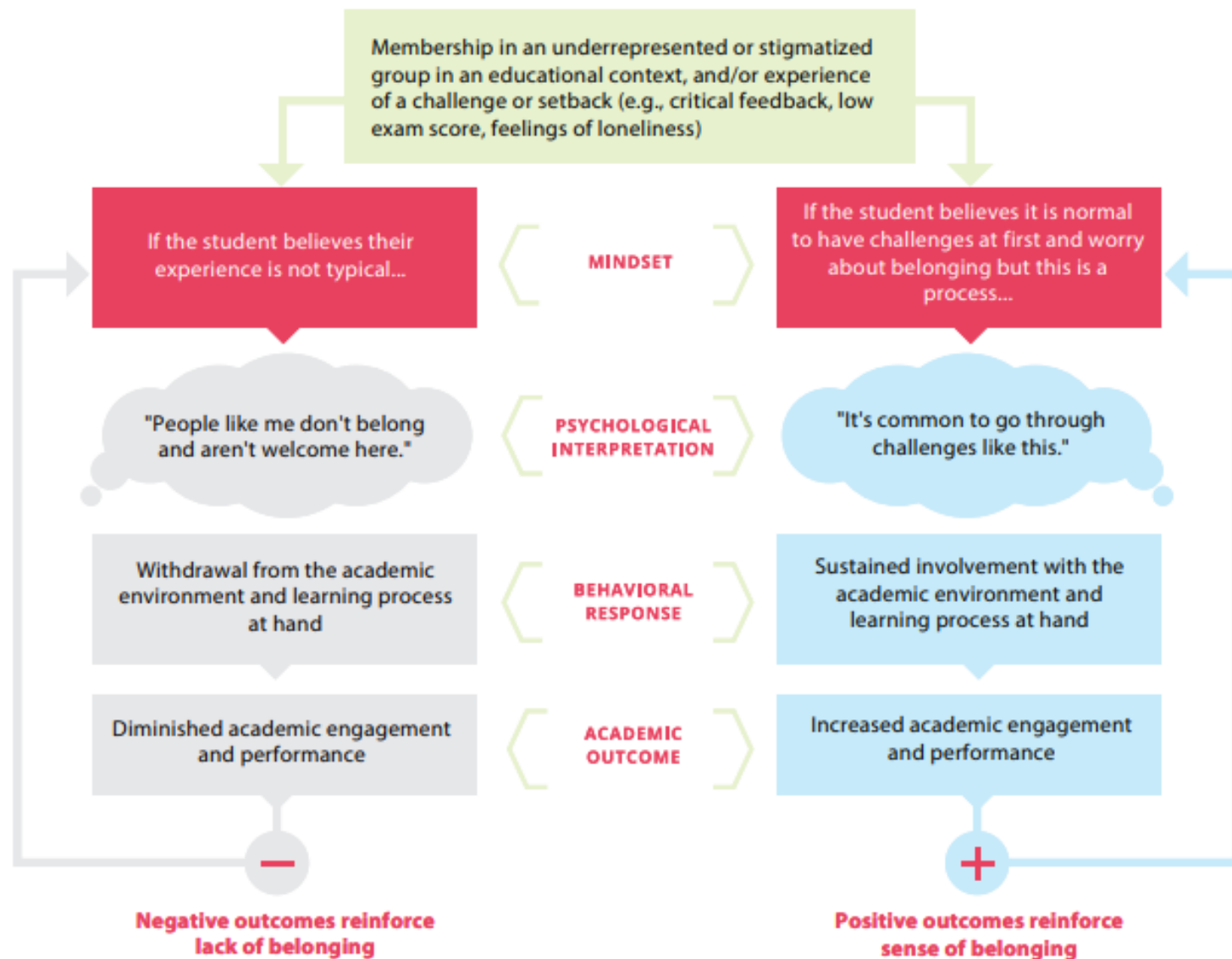
Konklusion: Sådan en som mig hører ikke til!



Trivsel og læring



Trivsel og læring



Modgang i overgange

**Modgang som bevis for, at jeg ikke
hører til**



**Modgang som et vilkår i overgange, vi
har tilfælles**



Hvordan forebygger vi bedst?

SEED

Studerendes selvforhold

SOIL

Strukturer og rammer i studiestarten



Social Belonging Interventionen



Step 1

Læs beskeder fra ældre studerende

Studerende læser historier fra studerende, der er længere fremme på uddannelsen om de udfordringer og bekymringer de havde, da de var i same situation



Historie fra studerende fra 4. semester

Jeg glædede mig virkelig til at starte. Jeg kom ind på kvote 2 efter flere afslag, så jeg var stolt over endelig at være kommet ind. Da jeg mødte første dag, blev jeg ramt af en følelse af ikke at passe ind. Jeg var ikke ny-udklækket student med et højt snit, som alle de andre, og jeg syntes pludselig, det var pinligt, at jeg havde kæmpet for at komme ind. I studiegruppen og til undervisningen brugte jeg meget energi på at tænke over, hvad jeg skulle sige. Jeg bestemte mig for at "tvinge" mig selv til at sige noget. Jeg indøvede noget, jeg kunne spørge om eller kommentere på, og da jeg opdagede, at de andre lyttede og tog mig seriøst, blev jeg mere fri til at turde at byde ind. Med tiden er jeg faldet meget bedre til blandt de andre. Jeg kan stadig blive usikker på mig selv en gang imellem, men kan samtidig se, at jeg passer lige så godt ind som andre.



Udløsende situation

Jeg glædede mig virkelig til at starte. Jeg kom ind på kvote 2 efter flere afslag, så jeg var stolt over endelig at være kommet ind. Da jeg mødte første dag, blev jeg ramt af en følelse af ikke at passe ind. **Jeg var ikke ny-udklækket student med et højt snit, som alle de andre**, og jeg syntes pludselig, det var pinligt, at jeg havde kæmpet for at komme ind. I studiegruppen og til undervisningen brugte jeg meget energi på at tænke over, hvad jeg skulle sige. Jeg bestemte mig for at "tvinge" mig selv til at sige noget. Jeg indøvede noget, jeg kunne spørge om eller kommentere på, og da jeg opdagede, at de andre lyttede og tog mig seriøst, blev jeg mere fri til at turde at byde ind. Med tiden er jeg faldet meget bedre til blandt de andre. Jeg kan stadig blive usikker på mig selv en gang imellem, men kan samtidig se, at jeg passer lige så godt ind som andre.



Andres-blik-på-mig-problematik

Jeg glædede mig virkelig til at starte. Jeg kom ind på kvote 2 efter flere afslag, så jeg var stolt over endelig at være kommet ind. Da jeg mødte første dag, blev jeg ramt af en følelse af ikke at passe ind. Jeg var ikke ny-udklækket student med et højt snit, som alle de andre, **og jeg syntes pludselig, det var pinligt, at jeg havde kæmpet for at komme ind.** I studiegruppen og til undervisningen brugte jeg meget energi på at tænke over, hvad jeg skulle sige. Jeg bestemte mig for at "tvinge" mig selv til at sige noget. Jeg indøvede noget, jeg kunne spørge om eller kommentere på, og da jeg opdagede, at de andre lyttede og tog mig seriøst, blev jeg mere fri til at turde at byde ind. Med tiden er jeg faldet meget bedre til blandt de andre. Jeg kan stadig blive usikker på mig selv en gang imellem, men kan samtidig se, at jeg passer lige så godt ind som andre.



Handler aktivt over tid

Jeg glædede mig virkelig til at starte. Jeg kom ind på kvote 2 efter flere afslag, så jeg var stolt over endelig at være kommet ind. Da jeg mødte første dag, blev jeg ramt af en følelse af ikke at passe ind. Jeg var ikke ny-udklækket student med et højt snit, som alle de andre, og jeg syntes pludselig, det var pinligt, at jeg havde kæmpet for at komme ind. I studiegruppen og til undervisningen brugte jeg meget energi på at tænke over, hvad jeg skulle sige. **Jeg bestemte mig for at "tvinge" mig selv** til at sige noget. **Jeg indøvede noget, jeg kunne spørge om eller kommentere på**, og da jeg opdagede, at de andre lyttede og tog mig seriøst, blev jeg mere fri til at turde at byde ind. Med tiden er jeg faldet meget bedre til blandt de andre. Jeg kan stadig blive usikker på mig selv en gang imellem, men kan samtidig se, at jeg passer lige så godt ind som andre.



Får justeret sin tolkning af "de andre"

Jeg glædede mig virkelig til at starte. Jeg kom ind på kvote 2 efter flere afslag, så jeg var stolt over endelig at være kommet ind. Da jeg mødte første dag, blev jeg ramt af en følelse af ikke at passe ind. Jeg var ikke ny-udklækket student med et højt snit, som alle de andre, og jeg syntes pludselig, det var pinligt, at jeg havde kæmpet for at komme ind. I studiegruppen og til undervisningen brugte jeg meget energi på at tænke over, hvad jeg skulle sige. Jeg bestemte mig for at "tvinge" mig selv til at sige noget. Jeg indøvede noget, jeg kunne spørge om eller kommentere på, og da jeg opdagede, at de andre lyttede og tog mig seriøst, blev jeg mere fri til at turde at byde ind. Med tiden er jeg faldet meget bedre til blandt de andre. Jeg kan stadig blive usikker på mig selv en gang imellem, men kan samtidig se, at jeg passer lige så godt ind som andre.



Oplever med tiden tilhør

Jeg glædede mig virkelig til at starte. Jeg kom ind på kvote 2 efter flere afslag, så jeg var stolt over endelig at være kommet ind. Da jeg mødte første dag, blev jeg ramt af en følelse af ikke at passe ind. Jeg var ikke ny-udklækket student med et højt snit, som alle de andre, og jeg syntes pludselig, det var pinligt, at jeg havde kæmpet for at komme ind. I studiegruppen og til undervisningen brugte jeg meget energi på at tænke over, hvad jeg skulle sige. Jeg bestemte mig for at "tvinge" mig selv til at sige noget. Jeg indøvede noget, jeg kunne spørge om eller kommentere på, og da jeg opdagede, at de andre lyttede og tog mig seriøst, blev jeg mere fri til at turde at byde ind. Med tiden er jeg faldet meget bedre til blandt de andre. Jeg kan stadig blive usikker på mig selv en gang imellem, men kan samtidig se, at jeg passer lige så godt ind som andre.



Step 2

Relater historierne fra de ældre studerende til dine egne oplevelser indtil videre

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Step 3 – Saying is Believing

Skriv en lignende besked til en kommende ny
studerende

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Resultater i Danmark



Behandlingsgruppe

Social belonging beskeder

10 beskeder fra ældre studerende om deres bekymringer i studiestarten om at passe ind samt bedring over tid

Skriveøvelser

1. Relater historier til egne oplevelser
2. Giv en lignende besked videre til en kommende ny studerende

Kontrolgruppe

Studietips og -tricks

10 beskeder fra ældre studerende om deres **studieteknikske** udfordringer

Skriveøvelser

1. Relater historier til egne oplevelser
2. Giv en lignende besked videre til en kommende ny studerende



Trivselsmæssig adfærd

I de sidste to uger har jeg spurgt nogen om hjælp, når jeg har været i tvivl om noget på min uddannelse.

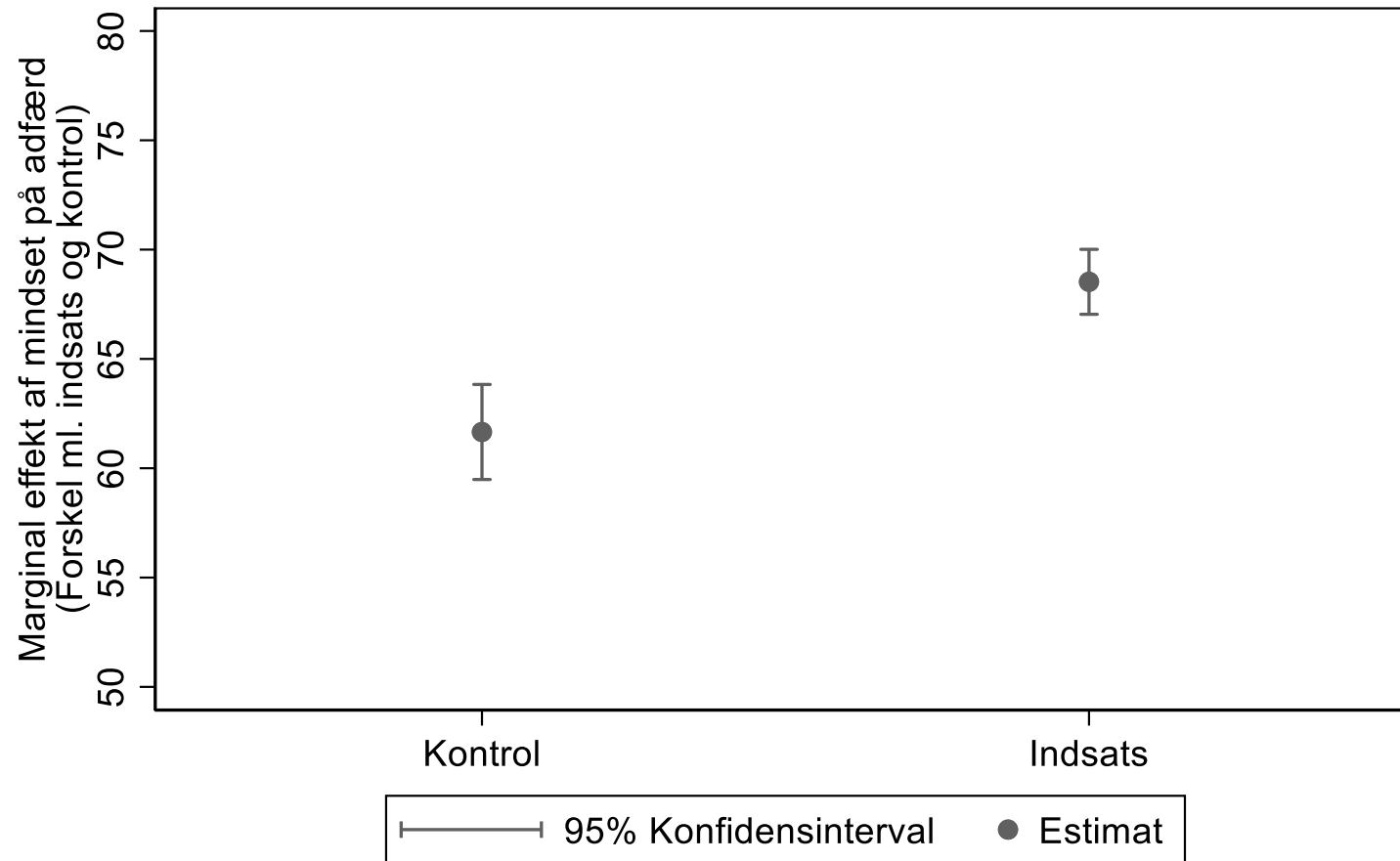
I de sidste to uger har jeg deltaget i min uddannelses faglige aktiviteter.

I de sidste to uger har jeg diskuteret faglige emner med andre på uddannelsen.

I de sidste to uger har jeg forberedt mig til undervisningen.



Trivselsmæssig adfærd – et halvt år efter



Note:

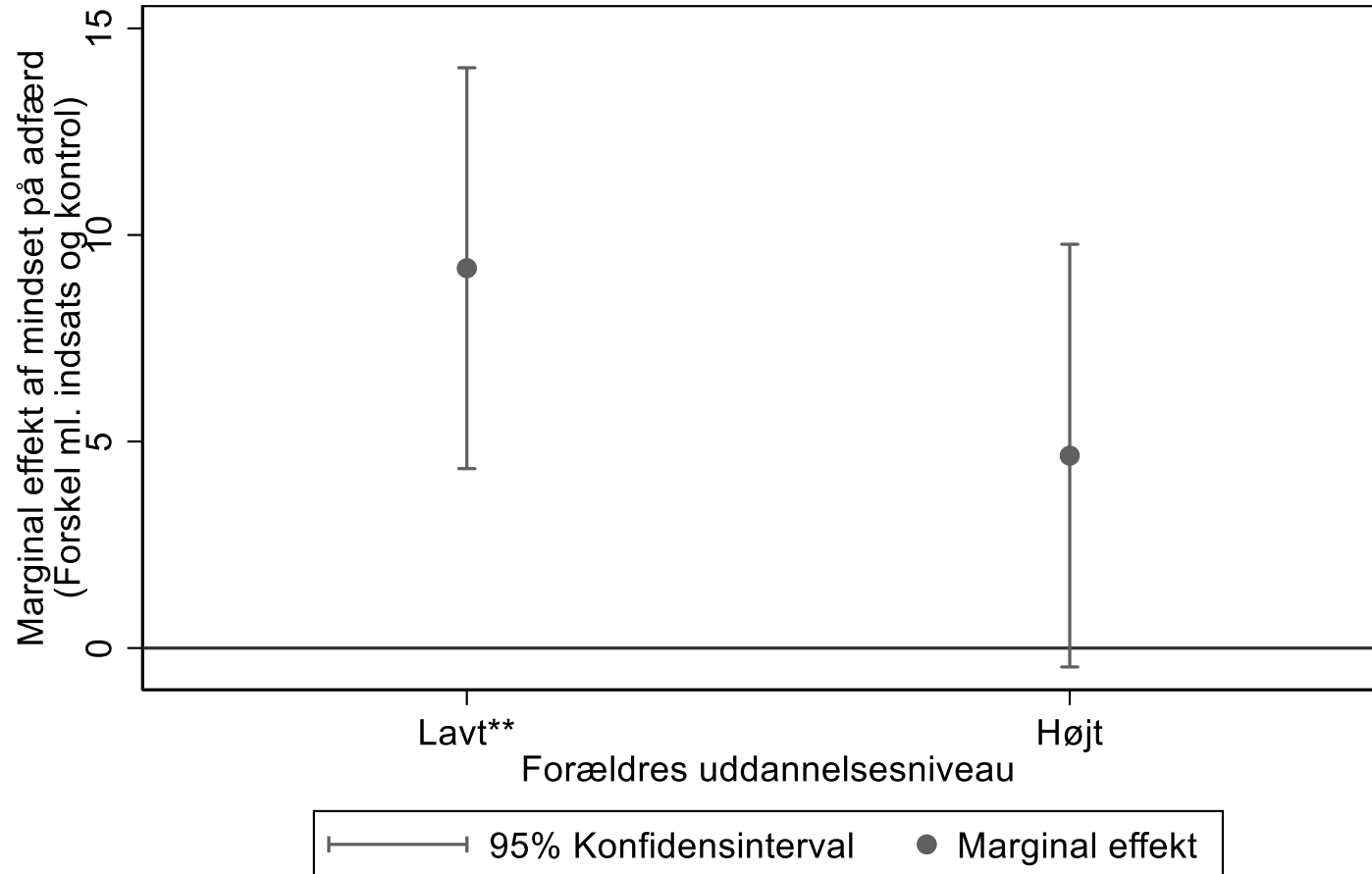
a) Der er kontrolleret for uddannelsesinstitution

b) * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

c) Indekset trivselsmæssig adfærd er skaleret fra 0-100



Trivselsmæssig adfærd – et halvt år efter



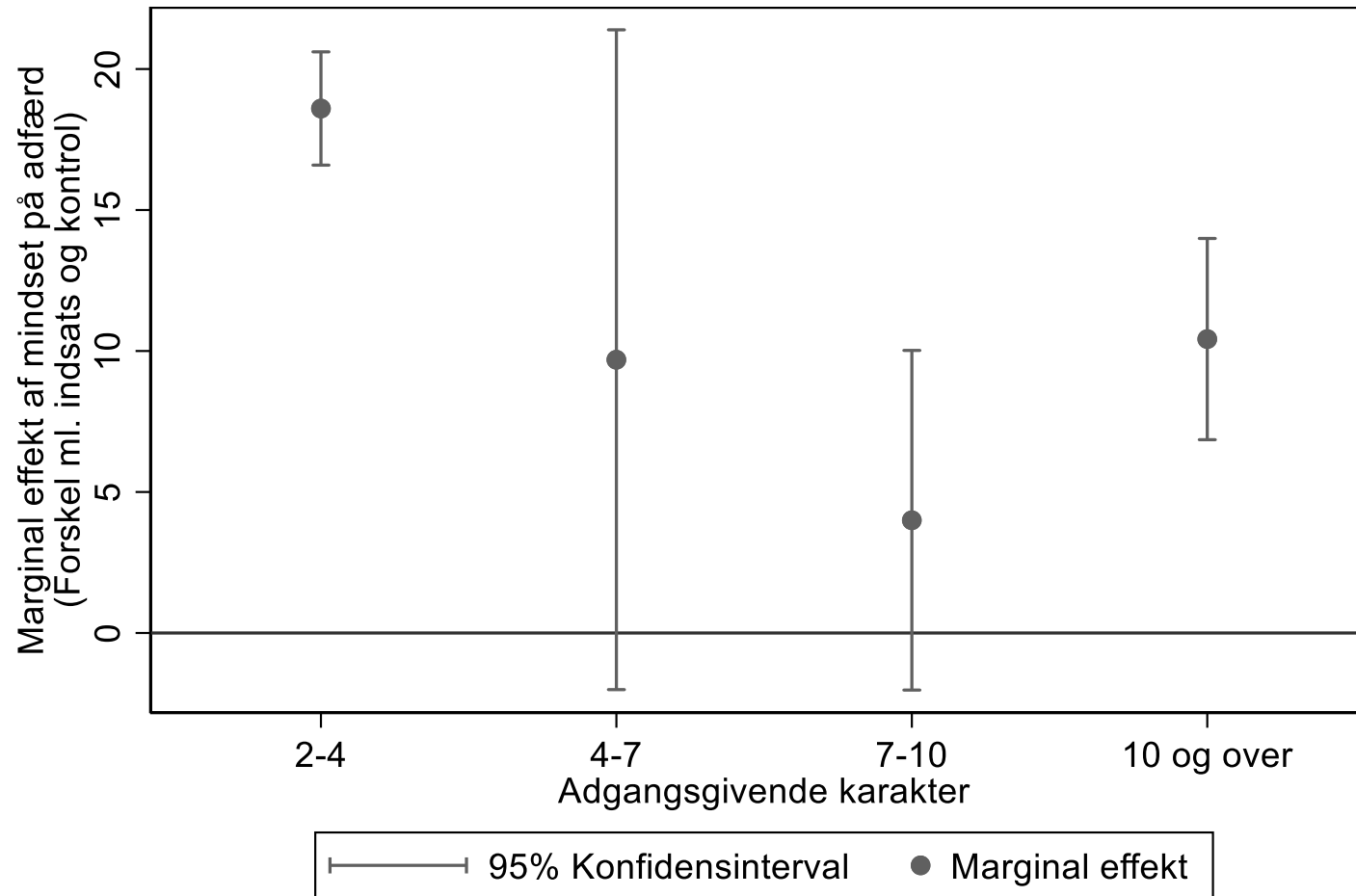
Note: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

Der er kontrolleret for uddannelsesinstitution i modellen

Interaktionen mellem forældres uddannelsesniveau og kontrol/indsats er ikke signifikant ($p = 0,238$)



Trivselsmæssig adfærd – et halvt år efter



Note: Der er kontrolleret for uddannelsesinstitution i modellen
Interaktionen mellem adgangsgivende karakter og kontrol/indsats er signifikant ($p < 0,001$)



WHO-5 trivselsindex

I de sidste to uger:

...har jeg været glad og i godt humør

...har jeg følt mig rolig og afslappet

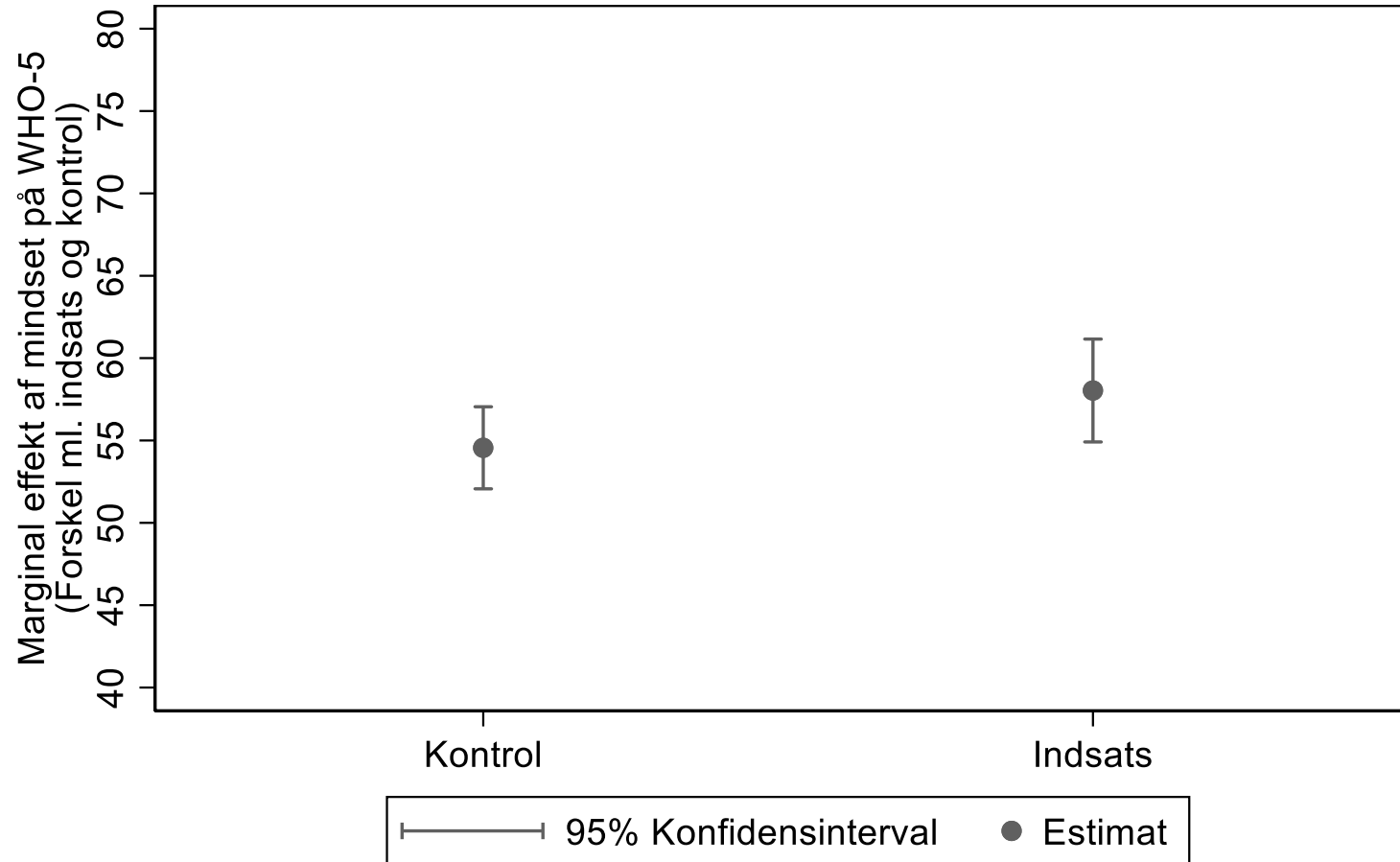
...har jeg følt mig aktiv og energisk

...er jeg vågnet frisk og udhvilet

...har min dagligdag været fyldt med ting, der interesserer mig



Trivsel – et halvt år efter

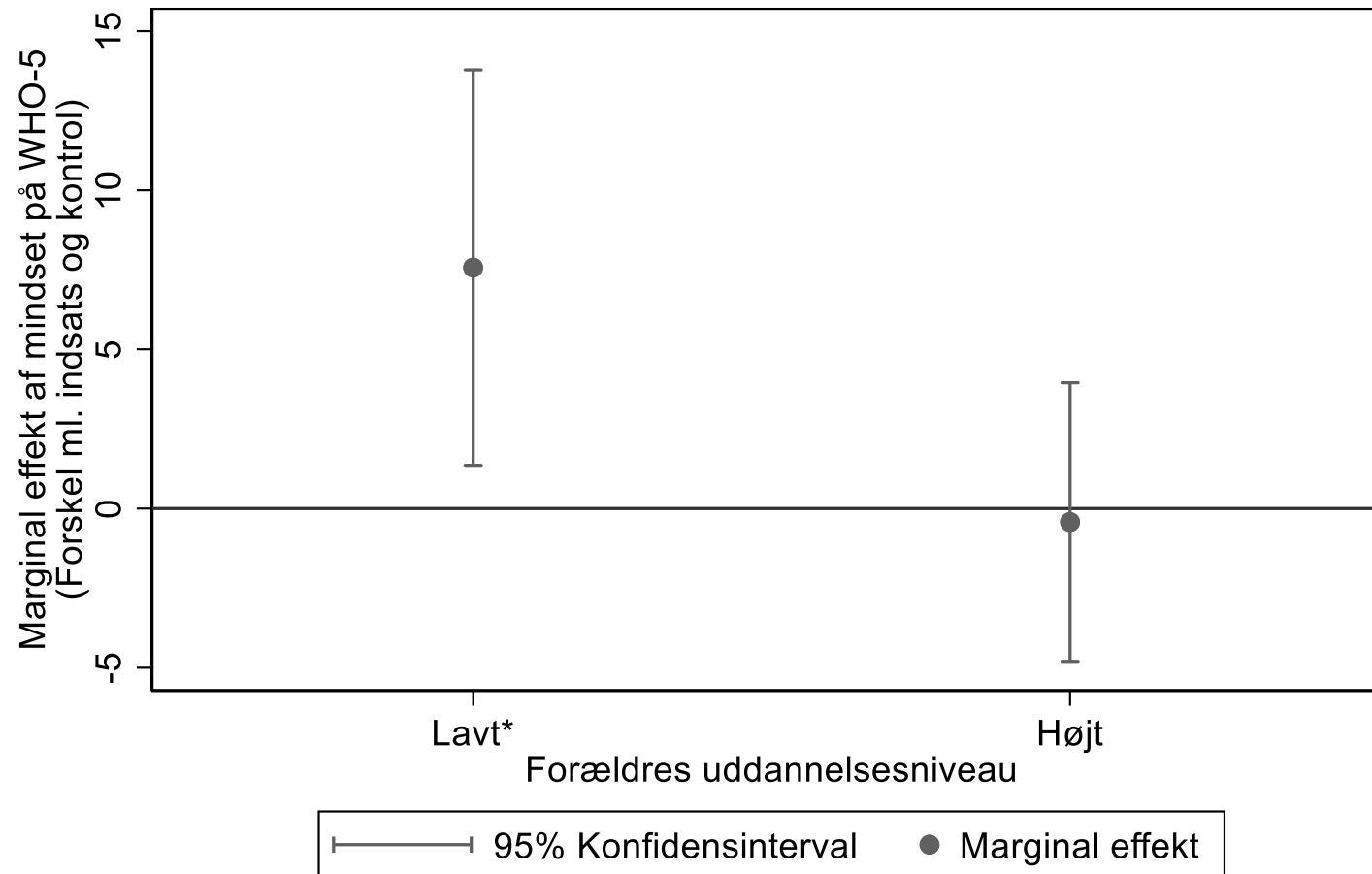


Note:

- a) Der er kontrolleret for uddannelsesinstitution
- b) Sammenhængen er ikke signifikant ved et 95% konfidensniveau
- c) Indekset WHO-5 er skaleret fra 0-100



Trivsel – et halvt år efter



Note: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

Der er kontrolleret for uddannelsesinstitution

Interaktionen mellem forældres uddannelsesniveau og kontrol/indsats er signifikant ($p < 0,05$)



Snedige greb...

Stealthy, en ikke-intervention

Normaliserer frem for at individualisere og patologisere

Hjælper risikogrupper uden at udpege dem

Tilbyder en ny hypotese om tilhør over tid



Tak!

Jesper Madsen
jma@srg.dk

