

Beskrivelse af ILT tiltag – Aalborg gruppen efterår 2021

Ansvarlig for forløb	Projektgruppe Aalborg: Bjarke, Annie, Lars, Ulla-Britt og Katrine
Overordnet tema/emne	Skydning som trivselsfremmende tiltag for elever med ADHD eller ADHD lignende symptomer.
Hvilken form for trivsel er der fokus på? (marker med fed)	Trivsel i læring Trivsel i skolefællesskaber Trivsel i sociale relationer
Hvilket konkret problem/udfordring ønskes løst?	Vi ser, at flere unge med ADHD eller ADHD lignende symptomer har det svært med koncentrationen i den ordinære undervisning, som er en stor del af at være elev på FGU. Vi vil derfor gerne undersøge, hvorvidt skydning kan have en betydning for koncentrationsevnen for den målgruppe og dermed også deres trivsel.
Hvorfor er dette emne valgt?	I den målgruppe vi arbejder med, at koncentrationsbesvær er en stor udfordring. Vi ønsker derfor at undersøge, hvorvidt skydning kan fungere som et tiltag til at fremme koncentrationen i undervisningen samt måske trække tråde til andre aspekter af deres liv.
Hvordan skal der/blev der arbejdet med emnet? Hvad er der konkret gjort?	På basis er etableret et skydehold, hvor en fast underviser deltager i skydeundervisningen i Vadum eller Kongerslev Skytteforening. Eleven får en samtale med en kontaktlærer, hvorvidt eleven oplever koncentrationsbesvær. I så fald tilbydes eleven skydeforløb fast en gang om ugen enten i Aalborg eller Kongerslev i to timer. Eleverne samles i en bus, og der køres sammen til skydning. Eleverne tjekker ind og får udleveret ammunition, rifler og høreværn. De skyder 3 runder. Projektgruppen har været med til skydning på begge lokationer samt evalueret med elever og undervisere gennem samtale og spørgsmål.
Hvad virkede godt?	<p>Eleverne ved, hvorfor de er til skydning. De ved, at fokus er på at optimere deres koncentrationsevne. På den måde var underviseren med til at skabe et rum, hvor det er tydeliggjort, at der ikke tales om deres individuelle udfordringer i livet generelt, men der er fuld fokus på selve aktiviteten. Derfor bliver det et "præstationsfrit" rum, hvor eleven har mulighed for at zoome ind på sig selv og den givne opgave. Fokus bliver på aktiviteten og ikke elevens begrænsninger.</p> <p>Det ser ud til at virke godt, at eleverne bliver taget ud af den ordinære undervisning og dermed de rammer, som skolen repræsenterer. På den her måde sker der noget ekstraordinært for nogle udvalgte elever. Her er diagnosen ikke en hindring, men en form for "fordel", så man kan få lov til at deltage i en ekstra aktivitet.</p> <p>Det ser ud til at være en fordel, at tidspunktet for aktiviteten ligger fast på det samme tidspunkt hver uge. På den måde skaber det en</p>

	<p>forudsigelighed for eleven. Det samme med, at en fast underviser deltager hver uge.</p> <p>Det skaber et godt grundlag for et socialt fællesskab for eleverne, at man følges til skydning i en fælles bus. Vi oplevede, at der ofte var meget stille på vej til skydning, hvor mange af eleverne skærmede sig med fx musik eller telefon. Der var ofte sket en ændring på vejen tilbage fra skydning. På hjemturen var der en større grad af samtaler og uformel snak, som vidner om, at skydning er med til at etablere et grundlag for større social trivsel.</p>
<p>Hvilke udfordringer var der?</p>	<p>Vi havde en formodning om, at den øgede koncentration til skydning kunne trække kompetencerne ind i den efterfølgende undervisning. Dog var der ikke undervisning efter skydning, da vi undersøgte tiltaget. Det er der ændret på fremadrettet.</p> <p>Vi havde desuden en antagelse omkring, at skydningen kunne være medvirkende til en øget motivation ift. at komme i skole. Eleverne fortæller selv, at de har en øget motivation for at komme i skole de dage, der er skydning, men vi har ikke været i vores studieadministrative system og måle på det.</p> <p>Det var en udfordring, at der nogle gange var planlagt andre tiltag som fx uddannelsesbesøg på samme tid som skydning, så eleven skulle vælge mellem aktiviteterne. Her valgte nogle uddannelsesbesøg.</p> <p>Slutteligt var nogle af os udfordret af, at vi var "fremmede", der skulle med ud og undersøge tiltaget. Det betød i nogle af tilfældene, at eleverne var sværere at få til at sætte ord på, hvad de tænkte om skydning. Derfor brugte nogle af kontaktlærerne et spørgeskema efterfølgende, hvor vi har fået et godt indblik i elevernes meninger om skydning. Hvis vi en anden gang skulle undersøge et lignende tiltag, er det vigtigt, at vi er faste deltagere i aktiviteten, så eleverne bliver fortrolige med os, samt de er bekendte med, hvorfor vi deltager. Relation er et vigtigt nøgleord her.</p>
<p>Hvad siger eleverne?</p>	<p>Vi spurgte eleverne både ved selve skydeseancerne på begge matrikler samt uformelle interviews efterfølgende.</p> <p>De fortæller, at det er nemmere at motivere sig til at komme i skole de dage, der er skydning. Her er et par eksempler:</p> <p>"Jeg kommer fordi det giver mulighed for at komme væk fra skolen og få en anderledes dag."</p> <p>"Skydning giver en pause i hverdagen og det er nemmere at komme i skole de dage."</p> <p>"Ja jeg gør alt for at komme afsted de dage, der er skydning fordi jeg ved det giver mig mere energi til resten af ugen samt en pause fra den faglige undervisning."</p>

"Det giver en pause i ugen så det er nemmere at komme i skole resten af tiden."

"Jeg ved hvad jeg skal om onsdagen. Det er den samme lærer og den samme opgave. Det kan jeg godt lide."

Flere fortæller også, at det har en positiv effekt på deres koncentration:

"Jeg bliver bedre til at sidde stille og bliver bedre til at koncentrere mig i skolen. Jeg er blevet meget bedre til at koncentrere mig end før jeg begyndte til skydning."

"Det hjælper med at fokusere og jeg synes det er sjovt også at få en anderledes dag hvor man kan koble af og ikke skal tænke på det faglige i skolen."

"Det [skydning] giver ro og en forståelse af hvor vigtig fokus er og det giver en ro for mig personligt at jeg kan komme afsted og koble af. Jeg har fået en del redskaber og lært meget om mig selv og hvordan jeg fokuserer bedst og holder fokus i længere tid."

"Skydning gør mig bedre til at koncentrere mig og fokusere på en ting ad gangen."

"Pædagoger på mit opholdshjem siger også at jeg er blevet bedre til at fastholde min koncentration."

Nogle af eleverne fortæller også, at det styrker deres selvtillid, fordi der er et konkurrenceelement i skydning, hvor man konkret kan se, om man forbedrer sig fra gang til gang:

"Skydning giver mig et boost hvis jeg rammer godt."

"Skydning giver en følelse af at man kan altting hvis man starter ud med ikke at vide noget som helst om det og bliver en af de bedste er det jo fedt at opleve."

"Vi taler sammen om forskellige ting. Om vi er blevet bedre til at skyde."

"Jeg lærer om hvordan jeg forbedrer mig og kan se det fra gang til gang".

"Jeg oplever succes gennem skydning da jeg bliver belønnet for et godt resultat."

"Jeg får ro og en følelse af sejr når jeg er bedre end sidste gang."

Desuden observerede vi, at der skete en socialisering, når de er til skydning. Der virkede til at være gode, uformelle snakke på tværs af køn, alder og hold. Vi observerede, at det ikke virkede til at være et hierarki. Alle virkede lige i samspillet. Mange talte om skydning, mens andre taler om andre fritidsinteresser eller skolen. Det var tydeligt, at alle havde accepteret præmissen om, at man til skydning ikke taler om egne problemer, men har fokus på opgaven. "Skydning bidrager med noget godt til vores fællesskab. Jeg snakker også med andre fra skolen selv om de ikke går på mit værksted."

Antal elever, der deltog i aktiviteten

20 elever

Konklusion

Elevernes udtalelser peger tydeligt på, at skydning virker til at være et trivselsfremmende tiltag for elever med ADHD eller ADHD lignende symptomer. Alle de elever, vi har talt med, fortæller, at det har haft en positiv effekt på deres koncentration i større eller mindre grad.

Processen og rammerne for skydning ser du til at fungere godt. En gang om ugen og med en fast underviser med faste elever, hvor der er løbende optag. Hvis man skulle komme endnu grundigere omkring skydning og de gavnlige effekter, er det vigtigt, at det fra skolens side bliver prioriteret, så der ikke ligger andre aktiviteter på samme tidspunkt, så eleverne kan blive i tvivl om, hvad de skal vælge. Desuden vil det være interessant at se på, hvorvidt skydning og den koncentration, der opøves, trækker tråde ud i efterfølgende undervisning. Skydning forsætter på FGU Aalborg i både Aalborg og Kongerslev, og nu er det struktureret sådan, at der er undervisningstimer, når eleverne kommer tilbage fra skydning. På den måde håber vi, at eleverne kan drage fordel af, at de lige har været afsted.

Flere elever fortalte også, at de får et boost at blive bedre til at skyde gang efter gang. Det var ikke vores oplevelse, at der herskede en konkurrence blandt eleverne, men at de mere havde fokus på at forbedre sig. For at kunne forbedre sig, skal man også være i stand til at koncentrere sig. Dermed oplevede flere af eleverne, at de faktisk mestrede koncentrationens kunst, når rammerne og aktiviteten er optimal. På den måde er det med til at øge selvtilliden for eleverne.

Aktiviteten danner også grundlag for et socialt fællesskab for eleverne. Nogle elever fortæller, at de får talt en del sammen til skydning, imens andre hellere holder sig for sig selv med fokus på opgaven. Alt andet lige danner det nogle relationer og bekendtskaber på tværs af hold og klasser på FGU, som eleven vil kunne drage fordel af. Desuden kan eleven blive opmærksom på, at han/hun ikke er alene med sine koncentrationsudfordringer. Dermed er aktiviteten også med til at aftabuisere det at have udfordringer.

Derfor kan det konkluderes, at aktiviteten skydning er trivselsfremmende for elever på FGU Aalborg med ADHD eller ADHD lignende symptomer. Det er dog vigtigt, at aktiviteten bliver prioriteret og foregår kontinuerligt med en fast underviser.

Konklusion

Vi har endnu ikke hørt nogle elever, der ikke vil deltage, efter de er startet. Vi kunne godt have tænkt at undersøge det over længere tid, samt undersøge deres fravær.