

Årsrapport 2013



amtaleboblen

– coaching til studerende



Uddannelse

Vejleder

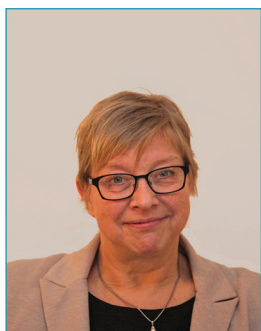
Praktik

Virksomheder



Modtager af
Ildsjæleprisen 2013
Odense Kommune

FORMANDENS BERETNING FOR 2013



Lene Hvitved
Formand

Årets højdepunkt for Samtaleboblen var nominering og kåring til årets ildsjæl i Odense 2013. Trofæet blev overrakt af Odenses Borgmester Anker Boye på Odense Rådhus i september og var en fantastisk oplevelse for alle frivillige. Prisen blåstempler vores sociale arbejde og innovative mindset efter blot 2½ år, hvilket vi er meget stolte af. Vores indsats og nytænkning på frivilligeområdet understøtter Odense Kommunes frivillig strategi og stor tak til alle der troede og stemte på os.

Vi har etableret samarbejde med Social og arbejdsmarkedsforvaltning ved partnerskab på Camp-U i Voldsmose og fået mange gode kontakter i offentlig regi. Vi levede op til institutionernes behov for coachingsamtaler og fik 35 % stigning af studerende. Samarbejdet blev øget med nye uddannelsesinstitutioner og vi lavede flere oplæg og gav mere information til studerende om Samtaleboblens arbejde vedr. gratis coachingsamtaler på skolerne.

Efter Ildsjæleprisen er antallet af henvendelser fra nye frivillige steget markant og behovet for egne lokaler øget. Den dynamiske proces med foreningens struktur, gør at vi hele tiden udvikler os bl.a. er vores foreningsaftener mere varierede og vi har afholdt workshops med værdiarbejde der styrker ånden og forståelsen af foreningens arbejde hos de frivillige.

Det faglige niveau øges løbende gennem kurser og træning i foreningen samt supervision der blev gjort permanent i efteråret. Vores erfaring udmønter sig empirisk ved, at der anvendes færre samtaler med brugerne og er grunden til, at de 24 frivillige kan hjælpe flere studerende.

Tak til Odense kommune og sponsorer for økonomisk bidrag og støtte, at I tror på værdien af vores frivillige arbejde. Tak til frivillige der coacher og varetager andre opgaver i deres fritid. I er alle del af Ildsjæleprisen og tusind tak for jeres unikke støtte.

Formanden, d. 20. maj 2014

Lene Hvitved

BESTYRELSEN



Flemming Petersen
Medlem



Trine Svendstrup
Medlem



Jakob Jensen
Medlem



Lise Lie
Kasserer



Iben Fasterholdt
Suppleant

INDHOLDSFORTEGNELSE

Side	2	Formandens beretning for 2013
Side	3	Indholdsfortegnelse
Side	4	Ildsjæleprisen 2013
Side	5	Hvad siger vores samarbejdspartnere?
Side	6	Studieliv som tilflytter?
Side	7	Sammen kan vi flytte bjerge!
Side	8-9	Hvem vinder med Samtaleboblen?
Side	10	At være frivillig i Samtaleboblen
Side	11	Tanker om fremtidens studieliv
Side	12-13	Har du mødt os?
Side	14	Studerendes udfordringer
Side	15	Data i tal

Tekstforfattere	Trine Svendstrup og Flemming Petersen
Redigering	Trine Svendstrup og Flemming Petersen
Tryk	Lasertryk
Oplag	250 stk.

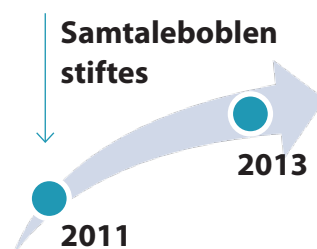
ILDSJÆLEPRISEN 2013

Pressemeddelelse: "Den frivillige sociale forening Samtaleboblen løb med titlen som årets Ildsjæl 2013 og modtog den prestigefyldte pris fra Odense Kommune af Borgmester Anker Boye i riddersalen sammen med 250 repræsentanter for den frivillige verden.

Odense Kommune uddeler Ildsjæleprisen til en frivillig social forening, der på særlig vis gør en forskel. Samtaleboblen hjælper studerende gennem professionelle coachingsamtaler med det formål, at øge livskvaliteten i forhold til studielivet og har gjort sig bemærket blandt andet ved den høje faglighed, som de 25 frivillige har igennem deres erhvervsmæssige baggrunde som socialpædagoger, sygeplejersker og ingeniører o.a.



Borgmester Anker Boye overrækker Ildsjæleprisen 2013 til Samtaleboblens stifter Flemming Petersen



Citat: "Det er dejligt at være med til at fejre disse mange mennesker, der yder en kæmpe social indsats, og som vi som kommune er meget glade for at arbejde tæt sammen med.

Vinderen i år er både nytænkende og fagligt stærke, og de har formået at lade deres forening vokse, samtidig med at de uddanner deres rådgivere så grundigt. Det er godt gået", sagde borgmester Anker Boye efter overrækkelsen.

Citat: "Prisen betyder utroligt meget for os.

Vi har vist, at man kan starte en ny forening op og vokse hurtigt, og vi vil nu kunne lære fra os til andre også" siger en glad og stolt stifter af Samtaleboblen, Flemming Petersen.



Samtaleboblens frivillige efter modtagelsen af ildsjæleprisen. Stor glæde og stolthed over ildsjæleprisen 2013 og fortjent.

Ildsjæleprisen gives til en forening der opfylder et eller flere af følgende kriterier:

- Fremmet samarbejdet og synliggøre kvaliteten og værdierne ved frivilligt socialt arbejde
- Øge engagement og virkelyst for individer og foreninger
- Iværksætte nyskabende aktiviteter med frivillige
- Styrket livskvaliteten for en gruppe mennesker i særligt vanskelige kår
- Skabt synlighed og opmærksomhed omkring en ellers overset problematik

HVAD SIGER VORES SAMARBEJDSPARTNERE?



ODENSE KOMMUNE

Tine Hansen

Projektmedarbejder Camp-U, projekt All in

Det er til stor hjælp at der kommer frivillige til gavn for de unge. De unge får flere metoder at bearbejde deres udfordringer på og kan få flere nuancer på deres muligheder.

For projektet betyder det, at vi får arbejdet mere helhedsorienteret sammen med den unge, og at vi kommer bedre omkring de udfordringer den unge nu må have.

Den unge kan måske bedre betro sig nogle ting eller udfordringer fordi det ikke er kommunen de snakker med, og at de ved at I har tavshedspligt.

Samtaleboblen bidrager til vores projekt ved at vi får mulighed for at tilbyde den unge hjælp via nogle fagområder og kompetencer som vi ikke selv kan udfylde.

Vi kan godt anbefale Samtaleboblen til andre fordi I er gode til at skabe tillid til de unge og komme med nuancer, der kan give den unge en bevidsthed omkring dens muligheder og valg.

Samarbejdet med Samtaleboblen fungerer godt. I har god forståelse for de varierende behov der kan opstå, og er hurtige til at omstille jer, så de unge hele tiden bliver nået.



Lone Kieler

Lærer, kemiingeniør, laborant-uddannelsen

"Vi har et rigtig godt samarbejde med Samtaleboblen. Vi henviser vores studerende til dem eller de studerende henvender sig selv.

Samtaleboblen hjælper de studerende med deres problemer, store som små. Jeg har ikke snakket med en studerende, der ikke har været begejstret for den hjælp som Samtaleboblen har ydet".

"Som skole vinder vi en hel del, ved at samarbejde med samtaleboblen. Vi får tilfredse studerende, som bliver fastholdt på studiet".

"Jeg sætter stor pris på, at der er frivillige, der engagerer sig på det plan."



Casper La Cour, 3G
Skt. Knuds gymnasium

"Jeg kontaktede Samtaleboblen fordi jeg havde mistet motivationen i forhold til lektielæsningen og gerne ville forbedre mine karakterer.

Gennem coaching fandt jeg frem til nogle brugbare værktøjer. Mine karakterer er nu forbedret og motivationen kommet igen.

Hvis Samtaleboblen ikke havde været der, er jeg bange for at jeg ikke havde gjort noget ved det".

100% succesrate

Livskvaliteten øges væsentlig!

Målet er, at 90 % af de studerende får øget livskvalitet ved samtaleforløb.

Resultatet af vores målinger viser en forøgelse af livskvaliteten fra 2 til 10 point hos de studerende svarende til en succesrate på 100 %.

Definition livskvalitet: Selvet, sociale relationer og levevilkår

STUDIELIVET SOM TILFLYTTER?

For studerende, der vælger at flytte til en ny by opleves forandringerne ofte større end dem der er fastboende.

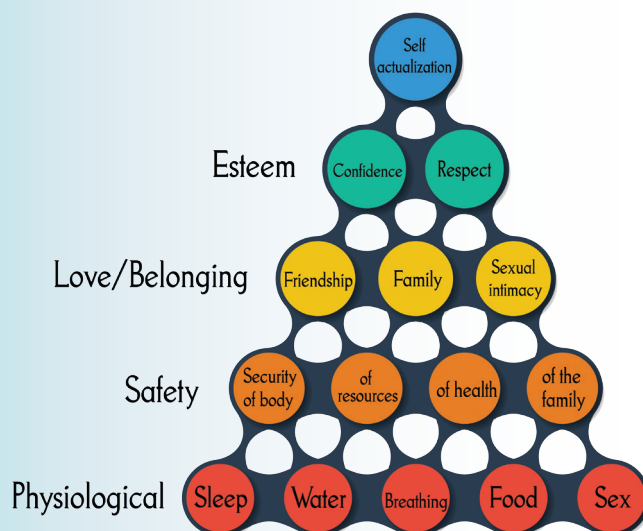
Oven i de almene forandringer, ved at starte på et studie, er afstanden til det kendte stort og behovet for at skabe nye sociale relationer høje.

De har i starten fokus på at få skabt en tryk ramme at være i og få hverdagen i den nye by til at fungere. Det resulterer i at mange tilflyttere er længere om at få tilfredsstillet de grundlæggende behov for trykghed og socialt samvær.

De kan komme til at føler sig ensomme og har svært ved at udnytte de potentialer og kompetencer de har. Da deres fokus vil være på at få skabt trykke rammer og få hverdagen til at hænge sammen. Nogle studerende magter det ikke og kan ikke finde den rette hjælp. De stopper derfor på studiet eller kommer igennem det med minimal udbytte.

Studiestart aktiverer således alle behovsniveauerne og vil påvirke de studerendes identitet. Forandringerne kræver, at den studerende har kompetencer til at kunne tilrettelægge hverdagen, således at de skaber de bedste forudsætninger for læring og udvikling eller at de er i stand til at bede om hjælp, hvis udfordringerne bliver for store.

Illustrerer menneskets medfødte behov og at mennesket først må tilfredsstille sine grundlæggende behov før højere liggende behov kan realiseres tilstrækkeligt.



Physiological	Manglende søvn
Safety	Trykghed i nyt hjem / nyt studie
Love / belonging	Ensomhed
Esteem	Manglende selvtillid
Selv actualization	Store udfordringer

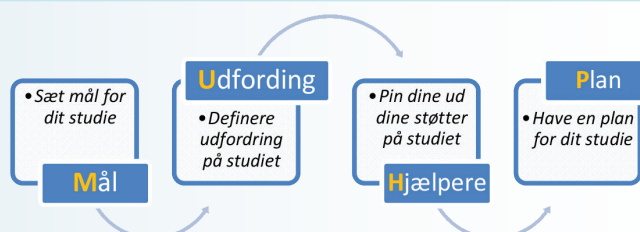
Figur: Maslows behovspyramide

Glem aldrig balancen i dit liv! - "følg dit hjerte"

Som tilflytter, skal du huske både, at studere "hardcore", men også huske dine værdier, dine venner, at feste samt være glad i din dagligdag så du bevare energien og glæden til at studere.

For at skabe balance i dine behov, er det en god ide, at anvende redskaber der gør, at du klarer dig igennem studierne ex. med MUHP - coaching model og spørge personer der har prøvet det du skal igennem de næste mange år.

MUHP coaching model



SAMMEN KAN VI FLYTTE BJERGE!

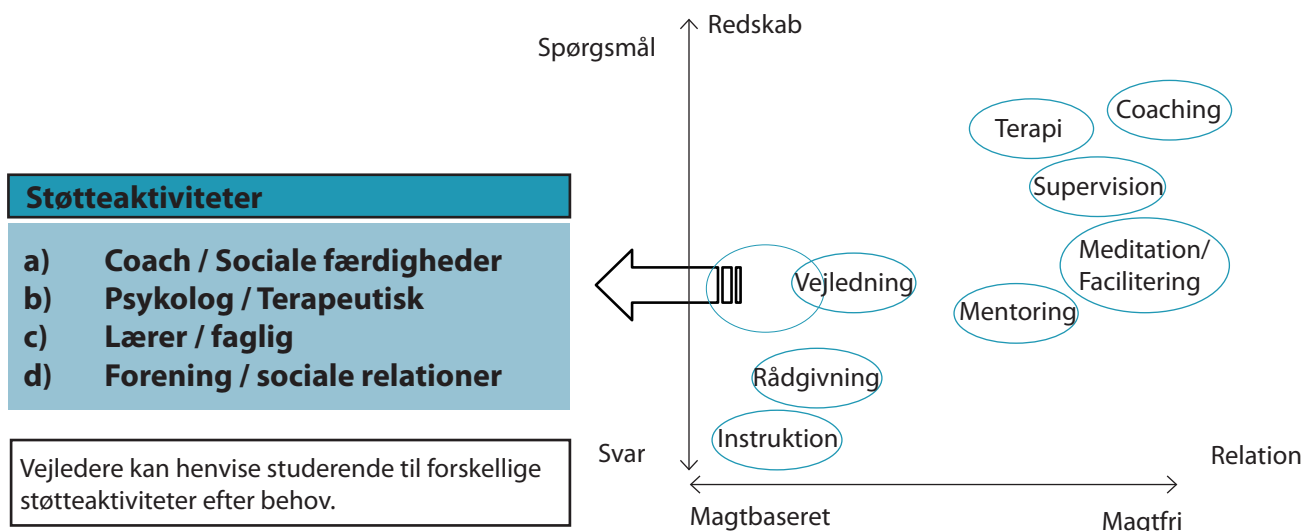
Studiet som en succesfuld oplevelse, kræver at de studerende kan henvende sig til forskellige støtteforanstaltninger, når de møder udfordringer, de ikke selv kan klare. For at yde den bedste støtte er det vigtigt at faggrupperne kender deres kerneydelser, det de er super dygtige til og henviser til andre hvis egne kompetencer ikke er tilstrækkelige.

Effekten af det gode samarbejde vil være anerkendelse og tillid til faggruppernes kompetencer og kvaliteter, kvalitetsløft af støtten til de studerende og frigivelse af ressourcer til at koncentrere sig om den målgruppe faggruppens kompetencer er rettet imod.

Faggruppernes dialogformer

Vejledning, coaching og terapi er effektfulde dialogformer, når de anvendes i de rette situationer.

Vejledning anvendes af den studerende til at afklare studievalg og som personligt og fagligt støtte under studieforløbet. Coaching bruges til forbedring af den unges livskvalitet fx ved at finde egne læringsstile, tackle eksamens- og præstationsangst, sætte grænser og arbejde med andre sociale færdigheder. Terapi er rettet mod at afklare og behandle psykiske lidelser.



Figur: Dialogmetode ved forskellige arbejdsfunktioner

Samtaleboblen som samarbejdspartner

Samtaleboblen er Danmarks eneste sociale forening der arbejder professionelt med coaching.

De frivillige coaches er alle uddannet jf. ICF (coach standard) og kendetegnede for dem er deres passion for det de gør, deres måde at være nærværende på i dialogen og deres talent for coaching som dialogform. Dette gør dem alle til unikke frivillige coaches.

Samtaleboblens coaches er rigtig gode til, at håndtere studerende der er i grænseområdet fra vejledernes støttfunktion stopper til terapiområdet start. Samtaleboblen tilbyder længerevarende forløb, op til 6 mdr.

Effekt af frivilliges indsats:

I 2013 viste en stigning af frivillige coachingsamtaler med 4 % og 65 % flere bruger.

Resultatet er opnået ved eksponering på messer, uddannelsesarrangementer og coachingforløb med flere studerende. Hvert år udvikles det faglige niveau hos frivillige, hvilket ses af de forkortede samtaleforløb.

24 frivillige	6 nye frivillige
8 annoncer	24 arrangementer
144 studerende og 370 coachingsamtaler	4,2 % henvisning teurapeutisk

HVEM VINDER MED SAMTALEBOBLER?

Uddannelsesinstitutioner

Der er stor imødekommenhed hos forstandere/rektorer og vejledere på ungdoms- og erhvervsskolerne og enighed om, at samarbejdet med Samtaleboblen er et godt supplement til studerende i forbindelse med at fastholde dem på studiet. Det skyldes anonymiteten og objektiviteten som udefrakommende, hvilket gør det lettere for den studerende at tage imod tilbuddet om hjælp og få sat nye vinkler på deres situation.

Uddannelsesinstitutionernes stramme økonomi med taxameterordningen gør, at det kan betale sig at fastholde de studerende i studiet. Presset på lærerne øges herved, da de skal rumme elever med forskellige udgangspunkter for at være på studiet og mindsker deres tid til, at kunne håndtere elever der har brug for støtte. Samtaleboblens tilbud om gratis coaching til de studerende, vil mindske presset på lærerne, ved at coachene samtaler med eleverne efter skoletid. Lærerne kan således koncentrere sig om undervisning, inklusion og støtte af eleverne når de er i klassen.

I 2013 samarbejdede vi med 65% af uddannelsesinstitutionerne i Odense og forventer aftaler med de sidste 35 % af i 2014 og 2015. Vi holder oplæg i eksamensnervøsitet, temaer der berører studiemiljøet og er med til introduktionsdage for studerende, hvor vi fortæller om foreningens hjælp. Vi har fokus på nye tiltag som mentorordninger fra sportsverden der introduceres tidligere i studieforløbet.

Virksomheder

På mange uddannelsesforløb indgår praktik som del af uddannelsen. Praktikken kan være fagligt lærerigt og en øvelse i at agere i erhvervsmiljøet. For nogle opleves praktikperioden som et fængsel, når samarbejdet ikke fungerer. Det kan være, at virksomheden ikke lever op til den studerendes behov, at virksomhedskulturen ikke matcher eller at praktikpladsen på anden vis ikke føles rigtigt.

Når virksomheder vælger, at have praktikanter handler det om et samfundsansvar og at finde fremtidens talenter. For praktikanter handler det om at udvikle sig fagligt, vise sit værd og finde balancen mellem udfordring kontra kompetencer.

Samtaleboblen støtter praktikanter i situationer der er svære at håndtere og styrker deres motivation, livskvalitet og selvtillid, så de kan gennemføre praktikforløbet.

Den brede beskæftigelseserfaring blandt de frivillige gør, at vi dækker stort set alle fagområder som studerende kan komme i praktik i. Nøglen til succes, er et tæt samarbejde med erhvervslivet, så vi kan forebygge at praktikanterne dropper ud af praktikpladsen.



Tak til vores bidragsydere som har støttet Samtaleboblen med økonomiske midler.

Vi har anvendt dem til synliggørelse af Samtaleboblens arbejde med PR-aktiviteter på uddannelsesinstitutioner, annoncering, studerende og udvikling af frivillige.

8

indtægt &
udgifter

Indtægt

§18 bevilliget: kr. 160.000,-
Privat bidrag: kr. 32.000,-

Udgifter

PR og arrangementer på udd.
inst. frivillige, administration o.a.

HVEM VINDER MED SAMTALEBOBLER?

Offentlige

Odense Kommune kan være stolt af, at have både årets ildsjæl 2013 og Danmarks eneste forening, der coacher studerende professionelt. Foreningen søger, at udvikle sig sammen med Odense Kommune og interesserede offentlige institutioner gennem partnerskaber f.eks. skoler- og beskæftigelsesprojekter, hvor vi sammen kan understøtte hinandens faglighed i forskellige brandpunkter. For herigennem at sætte den frivillige indsats i spil som aktiv medaktør ved Odense kommunes frivillige strategi.



Coachingen til studerende i Odense værdsættes, og kvaliteten af fagligheden lever fuldt ud op til kravene fra offentlige instanser, hvilket kan læses i evalueringerne med brugerne og respons fra offentlige ansatte.

Gevinsten i Samtaleboblens arbejde ligger i, at studerende bliver bedre til at håndtere kriser på studiet og forbliver i uddannelse, hvorved de ikke belaster de øvrige social- og sundhedssystemerne i Odense kommune.

Ligeledes støtter vi også op om kommunens plan om, at flere unge skal i uddannelse (Camp-U).

De økonomiske midler givet til Samtaleboblens frivillige arbejde, er en god investering i form af udvikling af frivillige, inspirationskilde til andre foreninger og støtte til borgernes livskvalitet.

Foreninger

Foreningslivet har udviklet sig gennem året i Odense og vi har mødt nye foreninger, landsdækkende og lokale der er kommet til byen eller opstået som nye sociale tiltag i målgruppen "studerende" på hver sin måde.

Det er vi rigtig glade for, da det giver en fælles berøringsfladen til studerende og et referencepunkt som foreningerne kan samarbejde om.

Når vi kombinere foreningers kerneaktiviteter med studerendes iderige og innovative tankegang, kan vi skabe anderledes måder, at samarbejde på.

Intensionen med relationer til foreninger gør, at vi både

støtter hinanden bevidst ved videndeling, kursusaktiviteter og ubevidst bliver opmærksom på øvrige behov og udfordringer de studerende har på studiet. Vi har informeret om coaching til foreningerne og har oplevet forskellig grad af viden omkring metoden. Der er stadigvæk et foderarbejde at gøre og tænker, at glæden ved udvikling og træning af coach færdigheder gør at mange vil kunne få gavn af denne metode. Sidst på året blev det nye studenterhus indviet, et kendetegn for Odense som studiebyen. Vi kommer dermed tættere på de studerende og kan bidrage endnu mere til de unges udviklings- og læringsproces i studiemiljøet.

Kontakt med studerende 13.295 gange

De studerende kontakter os telefonisk og på e-mails. Vi har 1.030 unikke besøgende på vores website om måneden med gennemsnitlig 4 minutter besøgstid. Den primære kommunikationsform er via mails. På sigt, vil vi også skype.

Coachingsamtaler:	370	Telefon:	60	Website hits:	12.369
Mails:	335	SMS:	102	Website formular:	59

AT VÆRE FRIVILLIG I SAMTALEBOBLEN



Af Eva Fatum, Frivillig coach

At være med i Samtaleboblen er inspirerende og med til at holde mig i gang med det jeg brænder for. Jeg er nysgerrig af natur og søger stadig ny viden.

I Samtaleboblen oplever jeg en vidensdeling som jeg er glad for, og som også indebærer den sociale kontakt med mennesker der har samme hovedinteresse som jeg har.

I Samtaleboblen er der mulighed for at være sammen med andre coaches, uddannede eller i uddannelse. Jeg har mulighed for hele tiden at holde min viden ajour. At være frivillig giver mig også mulighed for at deltage i kurser og foredrag. Den viden jeg her opnår, deler jeg med gruppen af coaches på vore torsdagsmøder.

Det jeg sætter stor pris på er den frivillige coaching af unge under uddannelse. Jeg holder mine kompetencer ved lige samtidig med at jeg er med til at hjælpe et andet menneske der har brug for at komme videre i livet.

De tre bedste ting ved foreningen synes jeg er torsdagsmøderne, den frivillige coaching samt kurserne. Jeg ser det frivillige arbejde som en gevinst for mig i min pensionisttilværelse. Det er med til at holde mig i gang med det jeg kan lide samt holde mig frisk i hjerne og hjerte.

Unge netværk,
Rosenbækhuset
Tv: Rådmand Peter
Rahbæk Juhl.
Th: Jobcenterchef
Dennis Mølgaard
Hansen



Iben Fasterholdt: At være frivillig i SamtaleBoblen er mere end fællesskab omkring coaching. Har man lyst, er der mulighed for at komme ud på dybt vand. Både i form af muligheden for faglige udfordringer, men også fx ved foreningens seneste sommertur. Her gik turen til det skønne Svendborg Sund, hvor vi sammen havde en fantastisk dag, spiste lækker mad og hyggede. Vi var også et par vandhunde der bare måtte udfordre det kolde vand med en frisk dukkert i bølgen blå.



Tendenser i det frivillige arbejde!

- Påvirkning fra England og USA i måden at organisere frivilligt arbejde
- Odense kommune er Danmarks førende på frivilligeområdet, vil mere og er med til at bane vej for andre måder at tænke det frivillige ind i samfundet.
- Udvikling af NGO'er, socialøkonomi og social entreprenørskab
- Folkebibliotekerne som sociale og kulturelle oaser med kursusvirksomhed for borgerne

TANKER OM FREMTIDENS STUDIELIV



Interview med Eva Maria Trøster.
Studerende på SDU, journalistik 4. semester
og Formand for Studiestuen, Nedergade 12,
5000 Odense C

Eva Maria i et lokale
i Studiestuen

Livet som studerende

For Eva er det vigtigt at "finde en balance mellem studieliv og privatliv, og noget hun brænder for". De største forandringer Eva oplever, der er sket, er inkludering af "de studerende i hvordan uddannelsen er bygget op og hvordan de skal være i fremtiden", således studiet forbedres.

Hun oplever store udfordringer i forhold til at få praktikplads, specielt når det er lønnet og når der er nye uddannelsesretninger der ligner, som er ulønnede.

Studielivets forandringer

Fremtidens studieliv skulle bidrage med større udviklingspotentiale, ved at være mere fokuseret på internationale miljøer. "praktik i udlandet som eks. England og Tyskland", samt "undervisning på engelsk".

Undervisningsstilen, som den senere tid har udviklet sig fra at være klasseundervisning, til større forelæsninger og nu skype forelæsninger, skaber store udfordringer i forhold til mængden af selvstudie for mange studerende.

"Det er svært for mange at komme fra et sted, hvor du blev checket om du møder op til undervisningen, hvis du kommer fra gymnasiet og så kommer til et universitet, hvor der ikke er mødepligt". Ligeledes "mangler man nogen at sparre med". Den nye studieform kræver at "det er lysten indefra til at lære", der driver den studerende.

Evas bekymringer for det fremtidige studieliv går på "at der bliver flere elever, færre forelæsninger og færre underviserer pr. elev", således kontakten mellem lærerne og de studerende forringes. Ligeledes er hun bekymret for konsekvenserne af tendensen til, at den teoretiske tilgang fylder mest.



Indgang til Studiestuen

Hvad vil være godt i fremtiden?

"At vi holder møder, hvor vi skal evaluere underviserne" og "vigtigt at have et sted at komme hvor man ikke føler sig dømt af andre, hvis man føler sig dårlig eller har en dårlig periode".

En stor støtte til de studerende kunne være Studiecafeer med forskellige tiltag, som fx coaching, lektiehjælp o.a.

Work-life balance

Studie, fritid og "frivillig" / job! <



HAR DU MØDT OS?

2013 blev et fantastisk år, hvor vi deltog i et hav af arrangementer på uddannelsesinstitutioner og sammen med Odense Kommune.

Vi håber du har mødt os og fået en snak om den hjælp vi tilbyder studerende i Odense. Hvis ikke, vil det glæde os at møde dig og informere om vores sociale arbejde til gavn for dig.

Januar

- Eksamens oplæg på Dalum Landbrugsskole
- Forårskur og årets første foreningsaften

Februar

- Horsens Jobcenter coaching

Marts

- Partnerskabsaftale Odense kommune
- Projekt i Voldmose, Camp-U
- Munkebjergskolen, Aktivt nærmiljø / socialt arbejde

[Billede A](#)

April

- Forestilling Nushu med frivillige
- Besøg Skt. Knuds Gymnasium
- Undervisning FOF forår

[Billede B](#)

Maj

- Havnekulturfestival med Studiestuen
- Frivillig festival Social Højskole
- Eksamensoplæg Kold College

[Billede C + D](#)

[Billede E](#)

Juni

- Eksamensoplæg Landbrugsskolen
- Samskabelse, Odense Kommune



Vores formål er:
at "øge livskvaliteten" hos mennesker
og metoden er "Coaching"

HAR DU MØDT OS?



August

- SDE, Unge camp

September

- Stand på Studiestartmesse Syddansk Universitet [Billede F](#)
- Flytning FCO til Toldbodgade 19 [Billede G](#)
- Oplæg cyberdialog Røde Kors ungdom [Billede H](#)
- Vinder Ildsjæleprisen på Odense Rådhus [Billede I](#)

November

- Unge netværk med PIO [Billede J + K](#)
- Frivillig festival Social Højskole [Billede L](#)

December

- EGU, samarbejds møder Elsesminde og SDE
- Besøg Skt. Knuds Gymnasium

Psykolog Terapeut Coaching

Psy. problem

Selvindsigt og forandring

→ Livskvalitet

STUDERENDES UDFORDRINGER

Indholdet bygger på de studerendes samtaleforløb og evalueringer



Mig – hvordan er det at være mig?

Mange af de unge vi møder i dag er stressede, har tankemylder og er på vej mod, er i eller har haft en depression. Mange oplever at stå i en krise eller overfor store udfordringer og har brug for at udvikle sig personligt, lave livsstilsændringer eller flytte fokus for at komme positivt videre i livet.

De oplever ikke at kunne leve op til hverdagens krav i et samfund med fokus på innovation, fleksibilitet, omstillingsparathed og selvrealisering. Der kræver, at de kan agere i dagligdagen med en stor portion selvværd og erkendelse af egne ressourcer og begrænsninger.

Vi hjælper de unge med fx, strukturering af dagligdag, at følge deres drømme for fremtiden, identitetsudvikling, prioriteringer og selvværdsproblematikker.



Studieliv – Hvordan er det at være studerende?

Vi oplever at mange studerende er i vildrede i forhold til hvilken studieretning de skal vælge, hvordan de opretholder motivationen, hvordan de får mest muligt ud af studietiden.

De har enormt store krav til sig selv i forhold til hvad de skal kunne præstere på studiet, samtidig med de skal have studiejob og fastholde et højt socialt niveau. De skal nå det hele og prøver at finde deres plads i studielivet som giver dem de bedste forudsætningerne for at få job efterfølgende.

Vi arbejder med kompetenceafklaring, hvorledes de studerendes drømme stemmer overens med deres kompetencer/ ressourcer, hvordan de opretholder motivationen på studiet, hvad de skal fokusere på når de vælger studie, hvordan de præsterer bedst til eksamen og minimere eksamensangsten.



Sociale relationer – hvordan har jeg det sammen med andre?

Ensomhed, store udfordringer i forhold til at indgå i nye relationer og det at vælge positive relationer til og fravælge negative relationer, er nogle af de problematikker vi møder i dag.

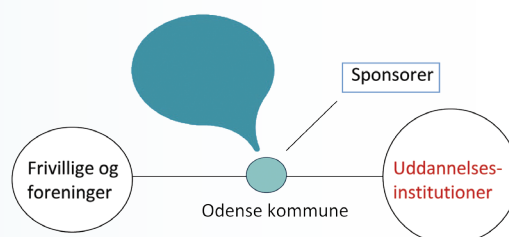
Set i lyset af teknologiens udvikling og dermed menneskets behov for at være online, betyder at de sociale kompetencer de unge tilegnede sig i barndommen ikke er blevet anvendt tilstrækkeligt.

Mange af de unge mødes med venner, kollegaer, studiekammerater og familie via Facebook, LinkedIn og andre sociale hjemmesider.

Den direkte dialog specielt med nye mennesker, kan derfor skabe utryghed, fordi de ikke ved hvad de skal gøre. Vi arbejder med afklaring af de unges sociale relationer, hvordan de agerer i nye relationer og hvad der er vigtigt for dem ved en ven/kæreste.

Fælles sag!

Vi arbejder for, at studerende skal få et givtigt studieforløb og nødvendig støtte, hvis de oplever kriser under studiet. Formålet med den fælles sag er, at fastholde den studerende i uddannelsesforløb med fokus på livskvalitet.

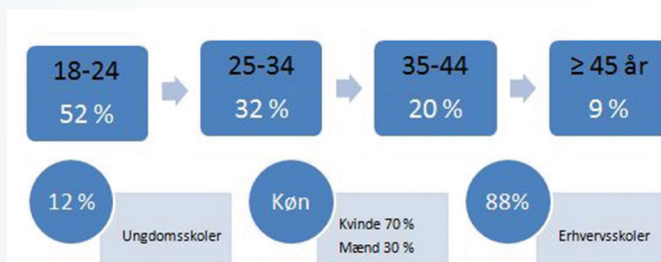


Alders- og segmentfordeling

Bruger med samtalebehov findes primært i intervallet 18 til 34 år. I forhold til 2012, ses en stigning på 50 % i aldersgruppen > 18 til 24 år og aldersgruppen 25 til 34 år på 18 % og > 45 år er faldende. Det bør bemærkes, at studerende i dag ofte har familie og børn og at flere vælger uddannelse nummer to, hvilket giver en højere alder.

Data: 144 personer og 370 samtaler

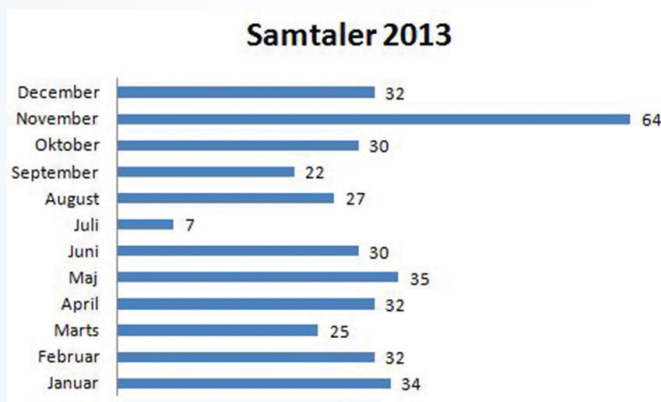
Brugernes alder og uddannelseskategori



Samtaler gennem året

144 personer har modtaget 370 samtaler fordelt på alle måneder i 2013. I forhold til 2012 er mængden af samtaler øget med 4 % og fordelingen synliggør perioder med forskellige samtalebehov for de studerende.

Gennemsnitlig 31 samtaler pr. måned



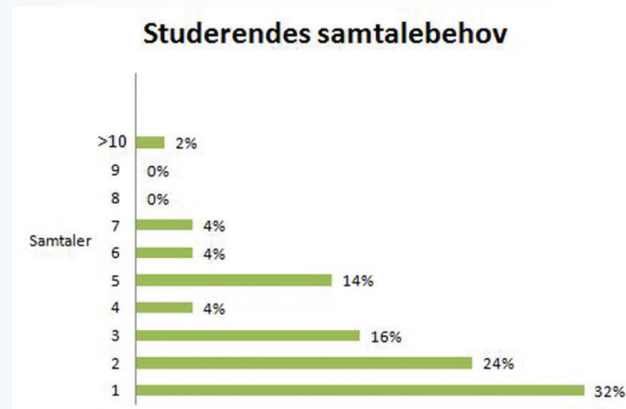
Studerendes samtalebehov

144 personer indgår i samtaleforløbene og nogle er stadig i coachingproces i slutningen af året. "AHA"-vendepunktet for den studerende sker primært ved samtale nr. 1, 2 og 5.

Vendepunktet afgøres af sværhedsgraden af studerendes udfordringer, de frivilliges faglighed og erfaring med coaching.

Den er blevet højere i 2013 og medfører færre samtaler pr. studerende.

Der har været kombinerede coach- og mentorforløb, hvilket har krævet mere end 10 dialogmøder pr. person.





**Foreningen Samtaleboblen
Toldbodgade 5-7
5000 Odense C**

**Tlf. 24 83 61 45
E-mail: sb@samtaleboblen.dk**

www.samtaleboblen.dk