



Min Selvtillid - Guide

1. Formålet med værktøjet

Værktøjet er en hjælp til selvaflaring af egen selvtillid, som hører under de personlige kompetencer. Selvtillid er en personlig kompetence, som i høj grad udvikles i værkstedsarbejdet.

2. Indholdsoversigt

- Guide (dette papir)
- Værktøjet Min Selvtillid

3. Beskrivelse af værktøjet

- Eleven skal informeres om, at hun/han indgår i en realkompetenceafklaring omkring selvtillid.
- Det er vigtigt at indlede med en forklaring af hvad begrebet Selvtillid dækker i denne sammenhæng. Eleven skal have forståelse af sammenhængen mellem konkrete oplevelser af succesfuld opgaveløsning og udviklingen af selvtillid. Samt af, at selvtillid ikke er en given størrelse, men dynamisk - selvtillid kan blive højere eller lavere som følge af henholdsvis succesoplevelser og fiaskoplevelser.
- Dernæst er det vigtigt at skelne mellem selvtillid og selvværd.
 1. Selvtillid er troen på, at jeg kan klare den opgave eller situation, jeg står overfor.
 2. Selvværd er oplevelsen af, at jeg er værd at elske uden at jeg skal gøre mig fortjent dertil. Værd at elske bare fordi jeg er til.
- Sidst skal det sikres, at eleven forstår, at selvtillid er situeret – bundet til konkrete (typer) af opgaver og situationer. At selvtillid i høj grad hænger sammen med den givne situation man er i, og at den kan være meget forskellig fra situation til situation.
- Eleven skal nu besvare 7 spørgsmål omkring egen selvtillid. I kan vælge at eleven først udfylder spørgsmålene og efterfølgende tale sammen om dem – eller I kan vælge at besvare dem i fællesskab (hvor du bruger dit kendskab til eleven som støtte for elevens bestræbelser på at svare selv).
- De første 4 spørgsmål er tænkt sådan, at eleven evaluerer sine oplevelser af høj/lav selvtillid på skolen. Formålet er, at eleven bliver mere nuanceret afklaret omkring egen selvtillid.





- De sidste 3 spørgsmål prøver at sætte de første 4 besvarelser i relief. Spørgsmål 5 sigter anerkendende på oplevelser fra elevens øvrige liv før og udenfor produktionsskolen. Alle har et eller andet, som de i en eller anden grad oplever sig kompetent til. Noget de kan. For nogle er det meget små ting, men så meget desto vigtigere. Svaret her giver en indikation på elevens generelle selvanerkendelse – og er dermed et udtryk for elevens generelle oplevelse af selvtillid.

Spørgsmål 6 underbygger spørgsmål 5 ved at se på hyppigheden af de succesoplevelser, som er fundament for oplevelsen af selvtillid. I den forbindelse vil vi gøre opmærksom på, at en elevs umiddelbare selvsikre fremtræden godt kan være iscenesat for at skjule en underliggende lav selvtillid.

- Spørgsmål 7 har til formål at skabe et indtryk af elevens egne kriterier for, hvornår han/hun gør noget, som er tilstrækkeligt godt. Kriterier som er afgørende for udviklingen af selvtillid. Nogle elever er så selvkritiske, at de ikke kan tilskrive sig selv ejerskabet for en succesfyldt udført opgave. Den bliver tilskrevet andre eller held. Hvis dette er tilfældet, er det afgørende for at kunne udvikle eleven, at elevens kriterier bliver realistiske. At eleven bliver "passende selvkritisk". Ellers vil eleven have svært ved at høste frugten af succesfyldte opgaveløsninger. Se endvidere afsnittet pædagogisk indsats.
- Eleven skal nu vurdere sin generelle selvtillid på skolen i taksonomiskemaet. Skemaet er opbygget ud fra to skalaer. Den første er tilgangen til nye opgaver. Ydre punkterne er henholdsvis en oplevelse af opgaverne som uoverstigelige problemer, som man skal undgå og udfordringer, man aktivt søger. Den anden skala går fra opgivelse ved mindste modstand til læren af sine fejl/ufortrøden fortsættelse ved modstand.

Taksonomi til vurdering af værktøjet: Min Selvtillid	
1	Undgår konsekvent nye opgaver/problemer. Giver op ved den mindste modgang.
2	Undgår helst nye opgaver/problemer. Giver let op.
3	Forsøger at løse de opgaver/problemer, som kommer. Giver først op, når der er forsøgt flere gange.
4	Søger ind imellem selvstændigt opgaver/udfordringer. Giver som udgangspunkt ikke op, men forsøger at lære af sine fejl.
5	Søger selvstændigt nye udfordringer. Lærer af sine fejl og fortsætter ufortrødent

- Ud fra spørgsmålene og selvvurderingen af den generelle selvtillid på skolen foretager eleven den endelig afklaring af egen selvtillid og behovet for støtte til udvikling af egen selvtillid.





- Nu er selve afklaringen foretaget. Tilbage er, i fællesskab, at formulere en evt. pædagogisk indsats mod øget selvtillid. Sæt jer små, men konkrete og tydelige mål, som eleven efter din bedste vurdering kan klare med hjælp fra dig/andre. Og som eleven kan lære at klare alene derefter.
- Det er også vigtigt, at du viser eleven, at det er noget I er fælles om. Godt nok er det eleven, som gør arbejdet, men du kan på forskellige måder understøtte elevens bestræbelser herpå. Formulér en klar rollefordeling. Det gør du, og jeg hjælper dig på den og den måde.
- Sidst skrives jeres udviklingsindsats ind i forløbsplanen med metode og succeskriterier. Succeskriterierne er vigtige at inddrage eleven i. Hvad skal der til for, at vi er i mål – og hvordan kan vi se det? Det er to spørgsmål, som skal være besvaret, for at I senere kan evaluere indsatsen.

4. Pædagogisk indsats mhp. at styrke selvtillid

De 4 veje er skrevet til eleven, så de i sig selv kan bruges under jeres arbejde med at formulere en pædagogisk indsats.

4 veje mod større selvtillid:

1. *Jeg kan godt*

Kongevejen mod højere selvtillid er at opleve, at du kan noget svært. Det kræver, at du tør udfordre dig selv ift. opgaver, som du synes er svære. Din lærer skal hjælpe dig med at finde opgaver, som er svære, men som du har mulighed for at lykkes med.

2. *Når han/hun kan, kan jeg også*

I kan finde en anden elev, som ligner dig, men som kan lidt mere end dig. Netop fordi den anden elev ligner dig, og at han/hun kan lidt mere end dig, vil du vide, at så kan du også komme til at kunne det.

Du kan også konkurrere med en kammerat om at kunne mere, hvor I bruger og hjælper hinanden i en venskabelig konkurrence.

3. *Du kan godt!*

Din lærer kan støtte dig ved fortælle, at du godt kan. Det kan hjælpe dig til at tro mere på dig selv.

4. *Jeg kan mærke, at jeg er på dupperne. Jeg kan godt!*

Her øver du dig i at mærke dine stressreaktioner og bruge dem positivt. En lille smule stress (eller sceneskræk) giver et bedre resultat, end hvis man slet ikke er nervøs!

Du skal lære, at når du tror, at din krop siger: "du kan ikke" – så siger den i virkeligheden "du bliver udfordret!". Du skal lære, hvad det er, din krop og følelser prøver at fortælle dig.





5. Du skal være særligt opmærksom på følgende:

Elever med lav selvanerkendelse/meget selvkritik har, som nævnt under gennemgangen af spørgsmål 7, brug for at korrigeret sine succeskriterier i en mere realistisk retning. Det er ikke let, da hele elevens måde at se på sig selv og sin kunnen skal revideres. En mulighed er konsekvent over længere tid at give eleven positiv feedback og ros for udførte opgaver, ansvarlighed, kammeratskab osv. Effekten af den positive feedback kan styrkes ved at informere eleven om, hvilke kriterier du giver positiv feedback ud fra. Sådan at eleven langsomt lærer og inspireres af dine kriterier.

6. Gentagen brug af værktøjet

Værktøjet er beregnet til at bruge i den indledende fase af elevens ophold på værkstedet, men det er designet sådan, at det kan bruges flere gange under elevens forløb på skolen.

