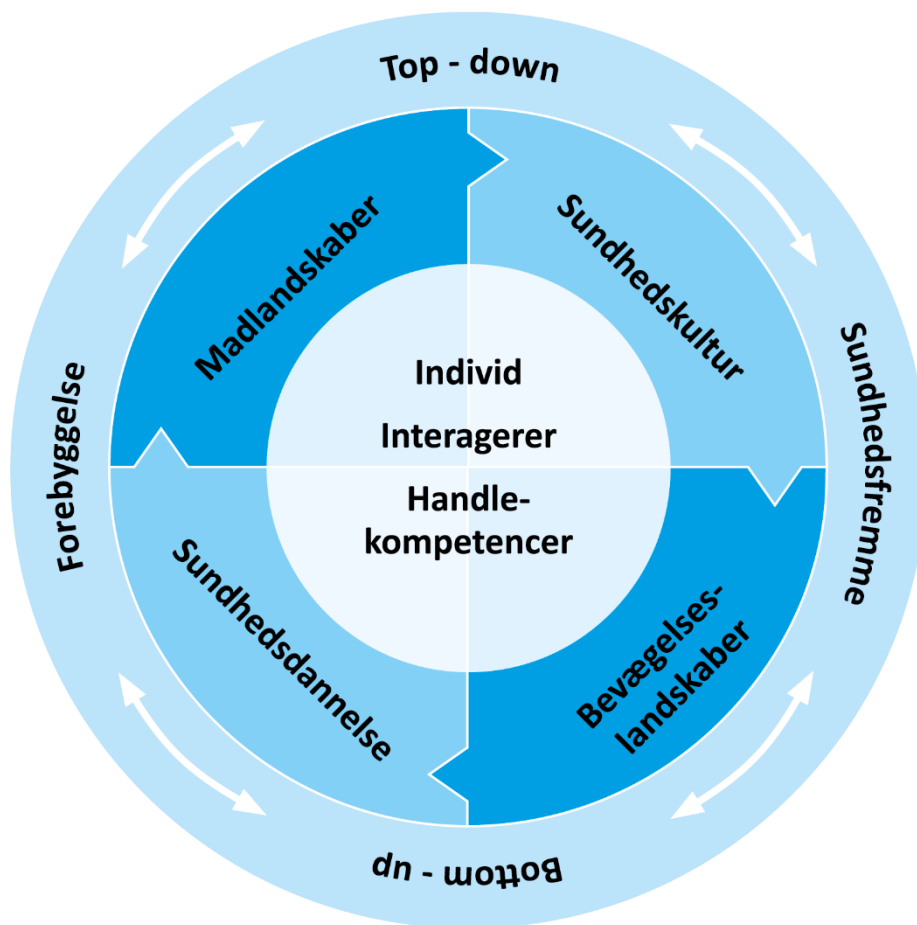


Sunde unge gennemfører erhvervsuddannelse

Et projekt om sundhedsfremme på erhvervsuddannelser



Forfattet af:

Margit Dall Aaslyng,
Liv Juncker Harsløf,
Birthe Petersen &
Jacob Suhr Bisschop-Thomsen

Udgivet i 2021 af Professionshøjskolen Absalon i forbindelse med projektet
"Sunde unge gennemfører uddannelse".

Projektet er finansieret af Region Sjælland med støtte fra Femern A/S

Professionshøjskolen Absalon & forfatterne

ISBN: 978-87-92717-39-9



Forord

Projektet 'Sunde unge gennemfører Erhvervsuddannelse' er igangsat på initiativ fra Region Sjælland i samarbejde med Professionshøjskolen Absalon og erhvervskolerne i Regionen. Projektet har til formål at udarbejde et velfærdsprogram, der kan øge sundhed blandt de unge på GF1 på erhvervsskolerne, idet man dermed også forventer at kunne reducere frafald.

Projektet er inddelt i fire delprojekter:

- 1) Afdækning af hvem de unge er, deres hverdag og hvordan man kan designe succesfulde sundhedsfremmende aktiviteter
- 2) Udvikling af velfærdsprogrammet
- 3) Evaluering af velfærdsprogrammet
- 4) Implementering af velfærdsprogrammet

I første delprojekt har Center for Erhvervsuddannelse Lolland-Falster (CELF) og ZBC deltaget fra erhvervsskolernes side. Dette blev gennemført i efteråret 2020 og afrapporteret februar 2021. I dette delprojekt er der gennemført:

- 1) en litteraturopsamling (state-of-the-art)
- 2) etnoraids dvs 2-3 dages observationer på 4 lokationer
- 3) semistrukturerede interviews med 30 elever fordelt på 4 uddannelser
- 4) uformelle samtaler med undervisere og kantinepersonale
- 5) et survey med 76 elever
- 6) en analyse af frafald relateret til problemstillingen

Data fra dette er samlet og analyseret og rapporteret i et antal delrapporter. Erfaringerne fra dette er derefter samlet i en Hvidbog, der beskriver det løsningsrum, der er for det videre arbejde med velfærdsprogrammet. Hvidbogen kan læses alene, men kan også læses sammen med de delrapporter, der ligger til grund for den.

Arbejdet er gennemført af Lektor Jacob Suhr-Bisschop-Thomsen, Lektor Birthe Petersen, Adjunkt Liv Juncker Harsløf samt Docent Margit Dall Aaslyng fra Professionshøjskolen Absalon i samarbejde med Jes Rumberg Christiansen fra CELF.

Lektor Anja Weirsøe Dinesen, Professionshøjskolen Absalon takkes for at være med til at beskrive projektideen og inspiration undervejs. Desuden takker vi vores 7. semesterpraktikanter på projektet: Helena Achton Tjørnum, Jakob Fønsskov Andersen og Peter Grann Simonsen. Også en stor tak til alle de undervisere og elever på erhvervsskolerne, der har deltaget undervejs. Uden jer havde der ikke været et projekt.

Sorø d. 8. februar 2021

Jacob Suhr Bisschop-Thomsen, Birthe Petersen, Liv Juncker Harsløf, Margit D. Aaslyng



Sunde unge gennemfører uddannelse

Læring og perspektiver fra delprojekt 1

Sammendrag

Unge på erhvervsskoler består af en stor og mangfoldig gruppe mennesker med vidt forskellig baggrund og motivation for at gå på uddannelsen. For at gøre sundhedstiltag succesfulde er det vigtigt at tage udgangspunkt i de unges dagligdag. Vores undersøgelser viser, at der er nogle væsentlige faktorer, der skal tages i betragtning ved planlægning af tiltag:

- Sundhed skal omfatte trivsel såvel som kost og motion
- Sundhed skal gøres vedkommende for de unge – de skal se et formål med aktiviteterne
- Det sociale betyder meget for eleverne, også når det gælder mad
- Der er forskellige persontyper repræsenteret på alle uddannelser
- Disse vil kunne supplere hinanden og sammen drive alle sundhedsopfattelser
- Især for motion er der stor spredning mellem eleverne. Det er vigtigt at tage hensyn til alle uanset fysisk form
- Underviserne er væsentlige aktører for sundhed blandt eleverne
- Aktiviteterne skal kunne integreres i de krav, der allerede er i bekendtgørelsen og dermed ikke opfattes som en ekstra aktivitet
- Aktiviteterne skal igangsættes hurtigt efter start, men også følges op undervejs

Aktiviteter skal implementeres på tre niveauer:

- Eleverne skal gennem en bottom-up proces være med til at idegenere og gennemføre sundhedsfremmende aktiviteter indenfor de rammer, vi stiller
- Underviserne skal være væsentlige aktører, hvilket kan kræve et kompetenceløft



- Ledelsen skal sikre, at der er en klar formuleret sundhedspolitik, og at de strukturelle rammer er på plads

Baggrund

Projekt 'Sunde unge gennemfører erhvervsuddannelse' bygger på en grundtese om, at sundhed og gennemførelse af uddannelse er relateret. Projektet har derfor som formål at øge sundhed blandt unge på erhvervsskoler med henblik på at reducere frafald og øge gennemførelse på kort sigt, og samtidig reducere udgifter til sundhedssystemet på lang sigt.

Projektets første delprojekt havde til formål at få et dybere kendskab til de unge og deres hverdag samt de rammebetingelser, der er for sundhed, med henblik på at kvalificere de efterfølgende aktiviteter.

Vi har således i efteråret 2020 gennemført etnoraids (observationer) på fire lokationer over 2-3 dage hvert sted, semistrukturerede interviews med i alt 30 elever på fire forskellige grundforløb, lavet en kvantitativ spørgeundersøgelse med 76 besvarelser, beskrevet de vigtigste faktuelle oplysninger om frafald samt lavet en state-of-the-art, der summerer eksisterende undersøgelser på området. Der er primært fokuseret på GF1 samt unge under 30 år, men suppleret med enkelte ældre elever og enkelte GF2 forløb.

På denne baggrund kan vi beskrive hvilke forudsætninger, der er for delprojekt 2, hvor der skal gennemføres sundhedsaktiviteter på erhvervsskolerne. Dette gøres ved at beskrive de unge ud fra fire forskellige personaer, dvs. arketyper på unge på erhvervsuddannelserne. Samtidig bliver de unges hverdag beskrevet ud fra foodscape og movescape dvs. de 'landskaber' af fødevarer og motion/bevægelse, de unge agerer i. På baggrund af dette og med inddragelse af erfaringer fra andre projekter, analyseres de unges sundhedsopfattelse, sundhedskultur og handlekompetencer. Dette fører til en dynamisk procesmodel, der kan anvendes som udgangspunkt i delprojekt 2.

Hvem er de unge?

De unge på erhvervsskolerne er en stor og mangfoldig gruppe af mennesker med vidt forskellige baggrunde og motivationer for at gå på skolen. De er generelt glade for at gå i skole – dog var der 25%, der i surveyet svarede, at de enten 'slet ikke' eller 'ikke så meget' havde haft lyst til at komme i skole den dag undersøgelsen blev gennemført. Det er således vigtigt også at have



fat i denne gruppe, i de initiativer, der skal igangsættes med henblik på at rykke dem over til 'havde lyst til at gå i skole'- gruppen.

Det sociale spiller en stor rolle for de unges færden på skolen – både hvor glade de er for at komme i skole, for hvor og hvad de spiser, og for hvor meget de bevæger sig. Det er f.eks. en social ting at gå i skolebutikken og købe to sodavand på tilbud – en til hver – ligesom det vurderes trist, hvis nogen må spise alene. Når de går i fitness center udenfor skolen, er det også ofte med vennerne dvs. en sportsgren, der principielt er 'individuel', men bliver udført som en social aktivitet. Det vil være vigtigt at have disse sociale faktorer in mente, når sundhedsfremmende aktiviteter skal designes.

Der er i projektet beskrevet fire personaer, dvs. fire arketyper på elever. De fire elevtyper har træk, der er fundet hos mange elever på tværs af uddannelsesretninger. Selv om de i undersøgelsen er beskrevet som to piger og to drenge, er personlighederne således repræsentative for flere/alle uddannelser (figur 1-4). Personaerne er således ikke specifikke personer, men nærmere forskellige sundhedsopfattelser personificeret i de fire personaer. Deres formål er, at gøre det håndgribeligt, hvad det er for faktorer, der er vigtige i det efterfølgende arbejde, på tværs af uddannelser, for at sikre at vi har de unge med i processen.

Persona 1: Michael – Sundhed er fravær af sygdom



Bevægelse er fint nok. Men hvad skal jeg bruge det til? Jeg skal arbejde med computere

Jeg har prøvet fitness og det var ikke mig

Sundhed er at gå op i sin kost og måske også det mentale

Jeg vil gerne med til fester. Vi har faktisk opfundet et drukspil i klassen

Figur 1. Michael

Navn: Michael

Alder: 16 år

Interesser: Computere, gaming og IT. Måske vennerne, men er lidt af en enspænder

Andet: Bor hos sin mor sammen med sin lillebror

Sundhedsopfattelse: Sundhed er fravær af sygdom

Hos Michael, er sundhed i høj grad et udtryk for fravær af sygdom. Han spiser typisk lidt ensformigt og uden væsentlig indhold af frugt og grøntsager. Han dyrker ikke motion, da han ikke ser relevansen af det. Michael er generelt glad for sin uddannelse.

Michaels styrke er hans behov for, at sundhed skal være relevant. At gøre det vedkommende for Michael vil samtidig gøre det vedkommende for andre f.eks. at kost og motion er vigtigt, for at kroppen kan holde til et langt arbejdsliv.

Michael er tilgængæld udfordret sundhedsmæssigt på såvel kost som motion. De private venskaber er generelt kendetegnet ved en vis grad af passivitet f.eks. *"jeg mødtes med en ven her forleden i byen. Så gik vi rundt sammen og sådan. Vi lavede ikke noget"*. Michael vil således ikke blive påvirket til f.eks. motion og bevægelse gennem de sociale relationer.

Persona 2: Anders – sundhed er at dyrke min kropsbygning (sundhedsisme)



Figur 2. Anders

Navn: Anders

Alder: 17 år

Interesser: Fitten, rode med biler, Formel 1 på pc'en.

Andet: Bor hos sin far. Hans to ældre brødre er flyttet hjemme fra.

Det er lidt kedeligt bare at gå hjem efter skole. Så jeg er i Fitten hver dag

Så går vi med i kantinen for at se hvad de andre i gruppen køber

Hvis jeg ikke er i fitten, så er jeg måske ude at træne i klubben

Jeg har et væddemål med vennerne om hvem der ser bedst ud på stranden til sommer

Sundhedsopfattelse: sundhed er sundhedsisme

For Anders er sundhed i høj grad at dyrke sin krop for at se godt ud. Han spiser sundt og dyrker sport for at holde sin krop flot. Sodavand og energidrikke kan godt drikkes, men kun hvis det ikke går ud over kroppen. Hans netværk er i høj grad også bygget op omkring træning og dyrkelse af et kropsideal. Anders dyrker således meget sport og gerne sammen med andre, men ikke som holdsport.

Anders' styrke er hans store passion for motion, der vil kunne være en drivkraft for andre.

Anders' vigtigste udfordring er, at hans sociale relationer er meget som ham selv. Ved at arbejde med at inkludere andre f.eks. i motion eller måltidsfællesskaber, vil han dels kunne få nuanceret sin egen sundhedsopfattelse og dels kunne få et mere robust netværk, der vil kunne forbedre hans sociale sundhed.

Persona 3: Line – Sundhed er at jeg har det godt (livskvalitet)



Sukkerpolitik er skampolitik

Jeg cykler alle steder hen

Jeg tror meget mere på at hvis man er glad, bliver man også sund

Jeg vil gerne gå til idræt, men der er ikke nogen hold til mig

Figur 3. Line

Navn: Line

Alder: 18 år

Interesser: Strikke, hækle og håndarbejde, genbrug, fællesskaber og veninderne

Andet: Bor hos sine forældre sammen med sin lillebror

Sundhedsopfattelse: Sundhed er livskvalitet

Line vil have det godt, og er meget drevet af sine værdier. Hun hviler i sig selv og sin identitet som ung. Hun spiser altid med de samme veninder og har altid madpakke med hjemmefra, der gerne må være klimavenlig. Motion fylder mindre i hendes tilværelse end venner. Hendes sundhedsopfattelse er primært knyttet til aktiviteter udenfor skoletiden f.eks. samvær med venner eller afslapning med serier.

Lines styrke er hendes forståelse for kost og klima, der vil kunne inspirere andre f.eks. i måltidsfællesskaber.

Til gengæld må motion og bevægelse gerne være en del af skoledagen for Line, så det ikke bliver nedprioriteret.

Persona 4: Leila – sundhed er at leve rigtigt



Madpakken? Det er lidt tilfældigt hvad der lige falder ned i tasken. Men så længe det ikke er usundt er det ok

Jeg sidder jo ikke med en danskvand, når de andre drikker. Hallå

Jeg begyndte at gå i fitness centeret 3 gange om ugen fra i går

Det er lidt sølle, at se dem der spiser alene

Jeg køber energidrikke fordi de smager godt

Figur 4. Leila

Navn: Leila

Alder: 19

Interesser: Serier, veninder, musik og håndbold

Andet: Bor alene på kollegieværelse tæt på uddannelsen

Sundhedsopfattelse: Sundhed som korrekt levevis

Leilas forhold til sundhed kan bedst beskrives som et distanceforhold – det er ikke noget, hun tænker over i hverdagen. Hun vil gerne træne, men kommer ikke altid så meget afsted. Hun prioriterer, hvad der smager godt/er rart og hvis hun tænker sundhed orienterer hun sig tit i anprisninger, bloggere og influencere. Hun er social og spiser typisk med de samme veninder hver dag.

Leilas styrke er hendes sociale indstilling, hvor venner og venskaber er vigtige, og hun bliver dermed selv en vigtig faktor for andres lyst til at komme i skole.

Leila vil med fordel kunne styrke sine sundhedskompetence specielt i forhold til at navigere i sundhedsjunglen, men også ved at blive bevidst om sammenhæng mellem holdning og handling (motion er ikke noget man starter på i morgen....).

Samlet set rummer de fire personaer således forskellige sundhedsopfattelser og forskellige styrker og behov. I en proces vil det således være værdiskabende, hvis man kan kombinere dem således, at de hver især kan påvirke hinanden med deres egne styrker.

Hvordan bliver en process succesfuld?

Der har været gennemført mange undersøgelser og initiativer med sundhed på erhvervsskolerne, ofte med fokus på en enkel dimension af sundhedsbegrebet f.eks. motion eller mental sundhed. Der er nogle erfaringer fra dette, der er vigtige at bringe med ind i det videre arbejde.

Trivsel som omdrejningspunkt

Trivsel som mål har effekt på læring, fastholdelse og sundhed og skal gennem deltagerperspektivet indgå som omdrejningspunkt for faglige, personlige og sociale fælleskaber, hvor kompetencer i forhold til sundhedsmæssige forandring udvikles. Trivsel er således en væsentlig del af sundhedsbegrebet, når endemålet er at reducere frafald.

Sundhedspolitik på tre niveauer

Sundhedspolitikken skal implementeres på tre niveauer, strukturelt, gruppe og individ. Og indarbejdes ud fra et deltagerorienteret perspektiv, med metodefrihed. Det er således væsentligt, at der er en tydelig sundhedspolitik med klar opbakning fra ledelsens side, hvorved de strukturelle forhold vil kunne gennemføres.



Samtidig skal aktiviteterne gennemføres på gruppeniveau, hvor underviserne er vigtige aktører. Flere elever svarede i spørgeskemaundersøgelsen, at underviserne var væsentlige for deres lyst til at gå i skole og for hvor meget de bevægede sig.

Endelig handler sundhed om individets ageren, og i spørgeskemaundersøgelsen siger hovedparten, at de selv er vigtige for hvad de spiser, hvor meget de bevæger sig, og om de er glade for at gå i skole. De konkrete aktiviteter skal således defineres i en bottom-up proces, så eleverne bliver inddraget og kan tage ejerskab. Det vil derfor være vigtigt med tre målgrupper i det kommende arbejde:

- *Eleverne* skal inddrages i ide-generering af de aktiviteter de selv skal deltage i
- *Underviserne* skal være en væsentlig aktør og dermed også være med i planlægning af rammerne for elevernes aktiviteter
- *Ledelsen* skal bakke op omkring formulering af en sundhedspolitik samt sikre de strukturelle forhold, der gør det muligt at gennemføre aktiviteterne

Det fremhæves fra flere underviseres side, at de ikke føler sig 'klædt på' til opgaven med sundhed, og at det er svært at nå ved siden af alt det andet de også skal undervise i. Det vil derfor være vigtigt, at sikre et kompetenceløft i undervisergruppen. Samtidig skal de aktiviteter, der vælges, tale direkte ind i bekendtgørelsen, således at de bliver en integreret del af de krav, der i forvejen er, og ikke en belastende ekstra aktivitet.

Undersøgelser af frafald viser, at en del af frafaldet sker indenfor den første måned af grundforløbet. Hvis dette frafald skal forebygges gennem sundhedsfremmende tiltag, vil det være væsentligt at igangsætte aktiviteterne så hurtigt som muligt. For reelt at kunne skabe nogle positive mønstre, vil det dog være nødvendigt at fortsætte med flere aktiviteter undervejs i forløbet, så det bliver en naturlig integreret del af deres skolegang.

Sundhedsdannelse, sundhedskultur og handlekompetencer

Sundhed er i høj grad et spørgsmål om individuelle og relativt private forhold, som indgår i den enkeltes sundhedsdannelse¹. Med projekt 'Sunde unge gennemfører erhvervsuddannelse' er det meningen, at vi gerne vil ud på skolerne og gøre sundhed til en naturlig del af det at gå i skole. Sundhed

¹ Sundhedsdannelse ser vi dels som de egenskaber eleverne har med 'hjemme fra' og dels som en livslang dannelsesproces som erhvervsskolerne er med til at påvirke.



skal være en naturlig del af kerneydelsen på erhvervsskolerne. Det gælder for eleverne, underviserne, de øvrige ansatte og ledelsen. De indsigter og fund vi har fra projektets første halve år, fortæller os, at vi ikke skal være bange for at understøtte skolerne i at udvikle en sundhedskultur i fællesskab². Med tyk streg under "i fællesskab". Det er ikke de løftede pegefingre, men de positive og sundhedsfremmende elementer i en sund kultur, der skal løfte projektet, så det lever - også efter at projektgruppen har pakket sammen.

For at det kan lykkes, skal der tænkes i at integrere sundhed i undervisningen i højere grad end det pt. er tilfældet. I dag er motion et krav til undervisningen og eksisterer oftest som et forstyrrende ad-on til den "rigtige" læring, og altså ikke som en del af kerneydelsen, som vi indledte dette afsnit med at skrive, at sundhed gerne skulle blive.

Ved at tænke i, at en del af undervisningen skal kvalificere de unge til at foretage bevidste tilvalg og fravalg i forhold til sundhed, er det væsentligt at benytte en positiv tilgang frem for løftede pegefingre. Denne tilgang er en del af det klassiske dannelsesbegreb, der egentlig er tænkt som en måde at skabe myndige og kvalificerede demokratiske samfundsborgere. I forhold til sundhed kan man tale om, at undervisningen og sundhedskulturen på erhvervsskolerne skal skabe borgere, der er myndige i forhold til deres egen sundhed.

Handlekompetencer

At opnå handlekompetence giver eleverne en handlingsrettet forståelse af sundhed, herunder indsigt i effekter, årsager og forandringsstrategier inden for områder, der påvirker deres sundhed (mad, bevægelse, søvn). Det kræver, at der kaldes på elevernes engagement, lyst og motivation til at involvere sig i forandringsprocesser med henblik på at fremme deres spise- og bevægelsesvaner. Handleerfaringer er en aktiv del af handlekompetencebegrebet, hvor eleverne får erfaringer med konkret at indgå individuelt og kollektivt i forandringsprocesser. Herunder at bearbejde og overvinde opståede barrierer, og hvor de samtidig udvikler deres kritiske sans. Vores interviews viser tydeligt, at en stor del af eleverne slet ikke var bevidste om sundhed, og at de ikke havde et sprog for, hvad sundhed var. Direkte adspurgt om hvad sundhed var, var der mange forskellige sundhedsopfattelser af sundhed som fravær af sygdomme til et bredt sundhedsbegreb, der både inkluderer kropsideal, kost og økologi og at have det godt med vennerne.

² Sundhedskultur ser vi som de rammer der sættes for normer og adfærd på skolerne og som eleverne er medskabere af.



Handlekompetence er væsentligt for at lave blivende ændringer, der rækker ud over de konkrete aktiviteter. Erfaringer viser f.eks., at hvis der tilbydes morgenmad på skolen, spiser eleverne det, og det har en klar positiv effekt på skoledagen (koncentration, konflikter mm). Ophører morgenmadstilbuddet efterfølgende pga. økonomi, holder eleverne igen op med at spise morgenmad. Det viser, at servering af morgenmad i dette tilfælde ikke påvirker elevernes handlekompetencer til at ændre adfærd i form af selv at organisere, tilberede og spise morgenmad.

At øge elevernes bevidsthed om hvad sundhed er, og hvad det betyder for dem i en mere samskabende proces, hvor trivsel og fællesskaber er vigtige faktorer, vil være med til at øge deres handlekompetencer og det vil være et væsentligt indsatsområde fremadrettet. Her vil fokus være på et bredt sundhedsbegreb, der både inkluderer mad, bevægelse og mental sundhed og med vægt på de aktiviteter, der sker i skolen. Når vi arbejder på at fremme/øge deres handlekompetencer fremfor kun at tilbyde aktiviteter, vil dette også kunne påvirke deres aktiviteter udenfor skolen.

Når vi interesserer os for at fremme elevernes handlekompetencer, er det relevant at gøre brug af metode, der spørger ind til deres holdninger og værdier omkring sundhed og trivsel undervejs i processen. Flere rapporter kalder på såkaldte "bottom-up" processer, hvor deltagerperspektivet i udvikling af nye sundhedskulturer kommer i spil. Det er også tydeligt, at dette perspektiv kun kan udfoldes hvis de strukturelle rammer (ledelsen og sundhedsanvisninger) tilpasses gennem dialog hvorfor top-down perspektivet er væsentligt at have med i processen. Det vil derfor være med både deltagerperspektivet og det strukturelle perspektiv for øje (elever, undervisere og ledelse), at vi vil udvikle processerne i arbejdsplanen 2, men med særligt vægt på deltagerne.

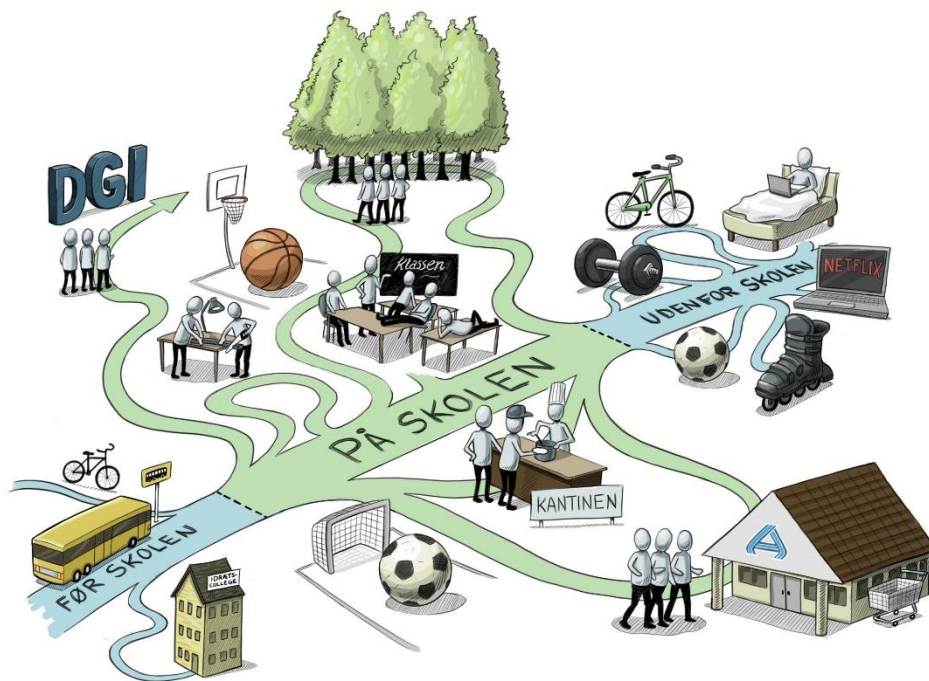
Rammer for sundhedstiltag

Som nævnt tidligere, sker der et væsentligt frafald på GF1 tidligt, allerede indenfor den første måned. Dersom disse tiltag skal imødekomme dette frafald, skal aktiviteterne igangsættes meget tidligt – men med opfølgende aktiviteter undervejs i forløbet for at sikre, at sundhed bliver en naturlig del af hverdagen fremfor noget, der kun fokuseres på, når der er aktiviteter.

'Landskab', der beskriver rammerne for elevernes bevægelse (movescape) og henholdsvis rammerne for deres mad (foodscape), er en metode der viser de strukturer, der er omkring eleverne med fokus på skoledagen. Da forhold



uden for skolen også har væsentlig betydning for især deres motion, er dette også medtaget for movescapet (figur 5 og 6).



Figur 5. Movescape. Rammerne for elevernes bevægelse på en skoledag.

Flere elever beskriver, at de har lang transport til skole – en pige fortalte at hun tog bussen fra Møn kl 6 om morgenen. For disse elever er bevægelse noget, der foregår på skolen eller i weekenden, da de er for trætte, når de kommer hjem – derfor ender de ofte i sengen med en serie. Andre elever er meget aktive udenfor skolen, mange med fitness, men også holdsport som fodbold eller individuelle sportsgrene som cykling eller rulleskøjter. Der er således stor variation mellem eleverne i relation til, hvor meget de bevæger sig udenfor skolen, som også beskrevet under personaerne. Fælles er det dog, at den motion, de laver, ofte har et socialt perspektiv, at det er noget, man gør med vennerne.

På skolen er det forholdsvis begrænset, hvor meget de unge bevæger sig naturligt. De fleste går maksimalt ned i kantinen eller over til det lokale supermarked. På en skole blev bordfodbold brugt meget, mens det slet ikke blev rørt på en anden skole. Ellers lægger skoledagen ikke i sig selv op til bevægelse, idet eleverne er i de samme lokaler eller i de samme afdelinger af skolen. Selv dem, der ryger og principielt bør gå hen til rygeskurene, der ligger i udkanten af skolens område, vælger at ryge tættere på. Rundt om

skolen var der på flere lokationer store grønne områder med boldbaner, men vi så dem ikke blive brugt, da vi var der.

Hvor meget man bevæger sig, som en del af undervisningen, afhænger af uddannelse. I spørgeskemaundersøgelsen svarer ca halvdelen, at de bevæger sig "mellem" i løbet af en skoledag. Primært elever fra bygge og anlæg forløbene svarer, at de bevæger sig meget, hvilket kan afspejle den mere fysiske undervisning i forhold til f.eks elever fra handel og kontor. Blandt de elever, der bevæger sig meget, er der flere, der svarer, at deres undervisere er vigtige for dette. Dette understreger igen undervisernes rolle.

Bevægelse er hos mange integreret didaktisk i undervisningen f.eks. i form af gåtur i skoven, walk and talk eller rask gang til supermarkedet for at købe ind. De fleste elever er positive omkring dette, og de nyder det afbræk, det giver i den boglige undervisning, selvom der også er nogle, der synes det er kedeligt. Derudover har de deltaget i et DGI-projekt, hvor de en gang om ugen var væk fra skolen og skulle afprøve nogle sportsgrene (Bridge, skydning, brydning og cirkeltræning). Nogle elever taler positivt om dette, mens andre ikke synes det giver mening. Tilsvarende er det også varierende, hvordan underviserne ser berettigelsen i projektet, især da det tager eleverne væk fra skolen. Projektet er igangsat oppefra og skal sikre bevægelsen, men om det reelt øger eleverne handlekompetence i forhold til motion, og ændrer deres vaner, er svært at sige, især da det ikke er gennemført som planlagt pga. covid- 19.

I det videre arbejde vil det være væsentligt at sikre, at aktiviteterne giver mening for elever såvel som for undervisere f.eks. ved at eleverne kan se koblingen mellem det, at være fysisk stærk, og det kunne holde til et kommende job, eller ved at de oplever, at bevægelse i løbet af dagen øger deres koncentration og energi senere på dagen. Hermed relateres sundhed til deres fagidentitet, dvs hvor gode vil de være til at kunne udøve deres profession. Det vil være centralt at møde eleverne, der hvor de er, da der er meget stor forskel på deres fysiske form afhængig af deres aktiviteter udenfor skolen.



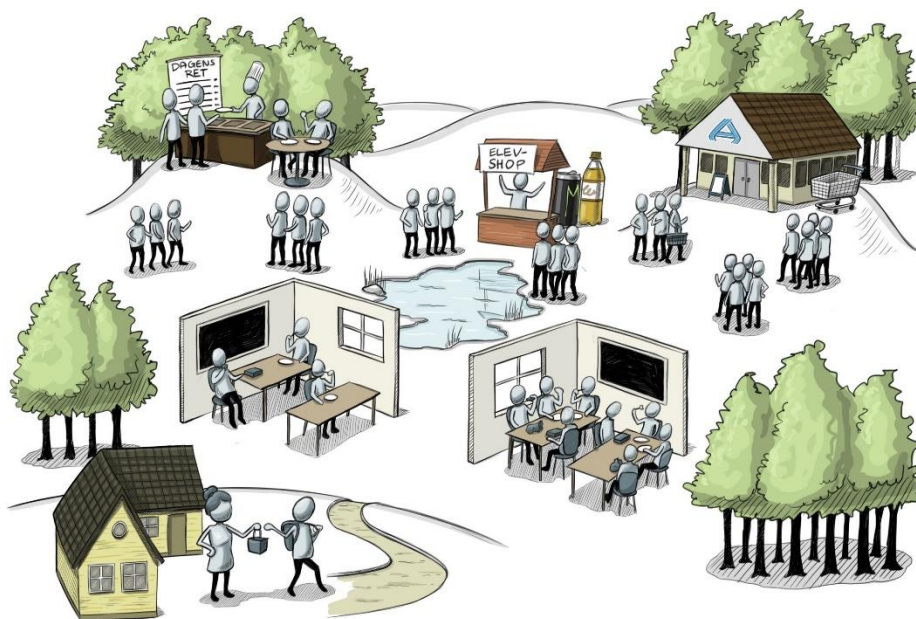
Maden- og måltidsfællesskaber

Eleverne har meget forskellig baggrund, hvilket også påvirker deres mad/ernæring i løbet af skoledagen en del. Mange bor hjemme og får madpakke med hjemmefra – nogle smører selv, mens det for andre er 'min søde mor', der gør det. Afhængig af hvilken persontype eleverne er, fremstår madpakken for nogle meget ensformig, mens den for de mere sportsfokuserede (Anders i personaerne) er afstemt i forhold til deres træningsbehov. Kun ca. halvdelen har spist morgenmad, når de kommer til skolen.

På skolen er mad noget, man spiser i pauserne, hvor imod der drikkes forskellige drikkevarer under undervisningen. Der er en forskel på uddannelseslinjer, idet sodavand var fremherskende nogle steder, energidrikke andre steder, mens der helt tredje steder var vand i vandflasker, der blev fyldt op i løbet af dagen.

At spise er en social ting. Man spiser sammen med de samme venner/veninder hver dag, og går derfor sammen ned i kantinen eller til det nærliggende supermarked, uanset om man selv skal have noget. Nogle spiser i klassen for at være sociale, mens andre gør det for at få ro. Her er der forskellige elevtyper med forskellige behov. Vi så ingen, der tog madpakken med udenfor og spise, mens de gik tur eller lign.





Figur 6. Foodscape. Rammerne for elevernes indtag af mad i løbet af en dag.

Den mad, eleverne spiser som madpakke, er generelt sund om end for nogle meget ensformig. Den mad, de køber i kantinen som dagens ret, er sund, men de fleste vælger det grønne fra. Den mad, de køber ude i byen, er typisk mindre sund. Tilsvarende er den mad/drikke, de køber i elevshoppen, kendetegnet ved mange tomme kalorier.

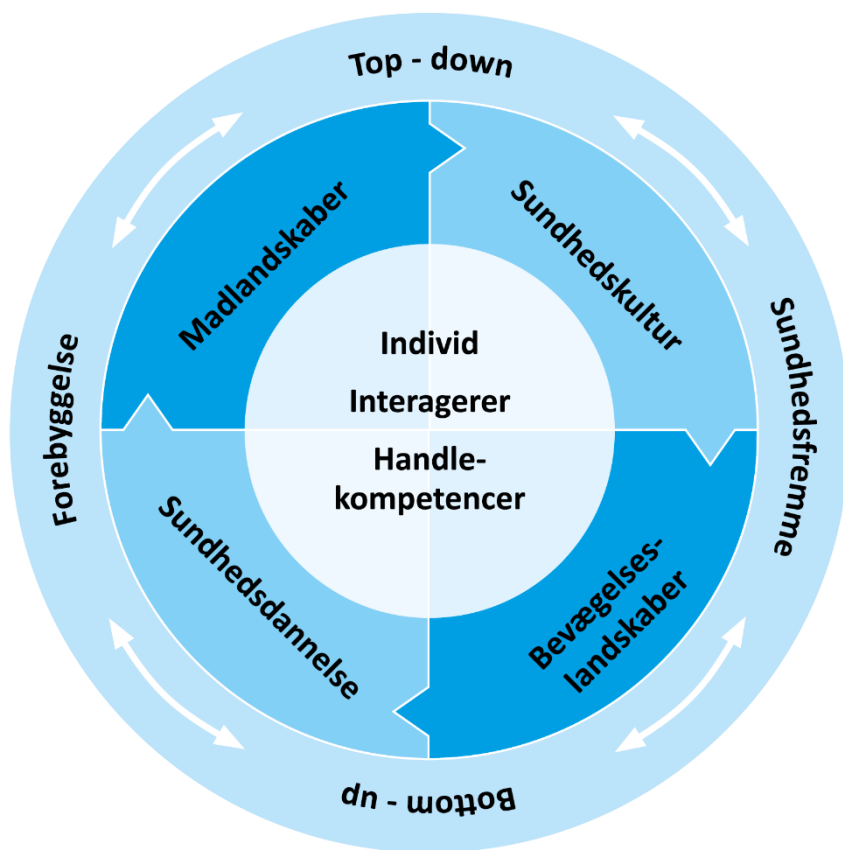
For at øge elevernes handlekompetencer, rettet mod sundhed, kan man udnytte den sociale dimension af det at spise f.eks. i form af måltidsfællesskaber/madlavning sammen eller lign. Det handler om at skabe grundlag for, at sundhed er en del af kerneydelsen både i kantiner og i klasselokalerne. Det er med andre ord ikke en service-ydelse eller en ekstra omkostning. Men det er en del af den samlede tænkning i dannelse, uddannelse, kompetencer og didaktik på skolerne.

Nogle forsøg viser, at morgenmad i sig selv ikke bliver en succes med mindre hele den setting, der er omkring måltidet, tænkes ind. Dette kan ske som en integreret del af undervisningen som f.eks. hos serviceassistenterne, der bager morgenbrød til hele afdelingen en gang om ugen. Dermed sikrer de, at alle spiser sund morgenmad den dag samtidig med, at de får trænet service ved at servicere de andre elever. Sundheds- og handlekompetencer udvikles gennem udvikling af personlige og sociale kompetencer i et sammenspil. Det

er en balancegang at tiltagene som det ovenstående ikke bare står alene, men at de indgår aktivt i undervisningen og sundhedsdannelseprocesserne på de enkelte hold efterfølgende. Og at tiltagene samtidig ikke bliver diskuteret ihjel.

Afsluttende overvejelser

På baggrund af læring fra 1. del-projekt, har vi udviklet en dynamisk procesmodel (figur 7), der skal bruges til udarbejdelse af vores indsatser i arbejds-pakke 2. Modellen består af tre cirkler med perspektiver på tre niveauer. Cirklerne interagerer cirkulært og på tværs af hinanden i begge retninger, og illustrerer hvordan udviklingen af elevernes handlekompetencer ift. at fremme deres sundhed og fastholdelse af uddannelse kan gå hånd i hånd.



Figur 7. Dynamisk procesmodel for sundhed på erhvervsuddannelser.

Begreberne i den yderste cirkel viser, hvordan skolernes strukturelle rammer, dels er inspireret af forebyggende og sundhedsfremmende perspektiver, og dels gør brug af både ledelsesmæssige top-down beslutninger og inddrager deltagerperspektiver (bottom-up) fra både elever og undervisere.

Således påvirker perspektiverne i den yderste cirkel madlandskaberne og bevægelseslandskaberne på og omkring skolerne og udmønter sig i den sundhedskultur og dannelsesproces, der etableres i erhvervsskolernes uddannelsesfællesskab.

I midten ser vi eleverne, der i det dynamiske uddannelsesfællesskab har mulighed for, at udvikle handlekompetencer og påvirke sundhedskulturen i forhold til mad og bevægelse. Dette sker i samspil med underviserene, der har mulighed for at udvikle deres faglige og sundhedsdidaktiske kompetencer for at understøtte sundhedskulturen i undervisningen, og hvor ledelsen får blik for, hvilke strukturelle rammer, der kan understøtte en velfunderet sundhedskultur, så sundhed bliver en integreret del af kerneydelsen.

