

PROSJEKTRAPPORT: «JENTESNAKK»

Forord

Jentesnakk har vært et prosjekt som vi har gjennomført på Røros videregående skole VG1 studiespesialiserende linje høsten 2019. Prosjektet var planlagt gjennomført skoleåret 2018/2019, men av ulike årsaker fikk vi utsatt prosjektstart til 01.08.19 med en sluttdato 31.12.19. Prosjektet har foregått fra september til november måned.

Sammendrag

Målsetting:

Målet er å fremme jentenes psykiske helse gjennom å bidra til at hver enkelt blir «sett», og at flere opplever at de har en arena for å skape og styrke vennerelasjoner.

Gode positive vennskap bidrar til å styrke jentenes mulighet til mestringsopplevelser både personlig og faglig. Vennskap har en støttende betydning og kan virke forebyggende for jenter i faresonen. Flere forskere hevder at vennskap kan fungere preventivt med hensyn til selvdestruktiv atferd.

Sekundær målsetting at jenter som er elever på Røros videregående skole skal få dette som et fast tilbud.

Målgruppe:

19 jenter i VG1

Bakgrunn:

Både gjennom elevundersøkelser, ungdataundersøkelse og elevers egne skolearbeider kommer det frem at det er et mangfold av utfordringer knyttet til det å være ungdom i dag. Utfordringene de har, er med å prege skolehverdagen deres i stor grad. Det er et behov for en arena/et «rom» der elevene kan snakke sammen om vennskap, kropp, mobbing, seksualitet, grenser og rus.

Effektmål:

Jentene som har vært med på prosjektet har rapportert at Jentesnakkgruppene har bidratt til at de har blitt bedre kjent, det har skapt bedre samhold, og de har lært hvordan de skal være mot hverandre. Det har ikke vært meldt om mobbesaker blant jentene som har deltatt, og i elevundersøkelsen som ble gjennomført i november 2019 rapporteres det at om høy trivsel blant jentene.

Prosjektgjennomføring/metode:

Vi har brukt metodikken «Jentesnakk» som er en praktisk – pedagogisk metode.

Metoden er utviklet gjennom praktisk arbeid med jentegrupper fra 1990 tallet i Asker, Bærum, Oslo, Sola og Røyken.

Metoden er utviklet av Astrid E. Henriksen, Rønnaug Sørensen og Heidi Thommessen. Metoden er beskrevet i håndboka ”Mer jentesnakk – Hvordan og hvorfor jobbe med jenter i gruppe?”

Intervensjonen har bestått av 10 gruppesamlinger à 1,5 timers varighet. Gruppelederne har sosialfaglig eller pedagogisk bakgrunn. Gruppesamlingene har hatt et overordnet tema for hver gang. Temaene har vært følgende: vennskap, kropp, mobbing, seksualitet, grenser og rus. Møtene har en struktur som sikrer en fast ramme. Ulike generelle øvelser og aktiviteter tilpasset et tema har vært bærende elementer i samlingene.

Håndboka beskriver både hvordan en jentegruppe startes og hvordan slike grupper drives. Denne har vært et ”verktøyskrin” med hensyn til ideer til innhold og opplegg for i de enkelte samlingene.

Resultater og resultatvurdering:

Det har blitt gjort en evaluering både muntlig i gruppene, og skriftlig gjennom et evalueringsskjema som alle jentene fylte ut individuelt. Gruppelederne har også gjort en evaluering.

Følgende har kommet frem: Jentene opplevde temaene som lærerrikt, interessant og relevante.

De sier at det har vært bra å bli bedre kjent og snakke sammen. De sier at de har blitt bedre kjent med seg selv og har blitt tryggere på å uttrykke egne tanker og meninger.

Direkte sitater fra jentene etter skriftlig evaluering:

"Jeg har lært å være meg selv først og fremst, men også å respektere andre og kunne takle fremmede situasjoner"

"Å alltid være åpen for personer og ting"

"Jeg har lært at de andre har forskjellige meninger"

" At vi egentlig har de samme verdiene, men vi er forskjellig likevel"

Prosjektet har bidratt til å skape en arena som man ikke finner andre steder i skolen. Antall treff, sammensetning og tema kan tilpasset ut fra aktuell gruppe.

Vi mener at prosjektet har vært vellykket.

Oppsummering og videre planer:

Prosjektet har gitt oss gode erfaringer og vi ser at Jentesnakk er en metode som fungerer godt i videregående skole for å skape trygghet, inkludering, styrke selvtillit og redusere prestasjonspress og angst.

Vi ønsker å utvikle dette til et opplegg som kan gjennomføres som et fast opplegg for alle elever ved VG1.

Bakgrunn for prosjektet

Initiativet kom fra kontaktlærere på studiespesialiserende linje, da de gjennom flere år har kjent et behov for nettopp tiltak som kan styrke jentenes psykiske helse, vennerelasjoner og miljøet i klassen. Både gjennom elevundersøkelser, ungdataundersøkelse og elevers egne skolearbeider i f.eks. norsk, kommer det frem at det er et mangfold av utfordringer knyttet til det å være ungdom i dag. Utfordringene de har, er også med å prege skolehverdagen deres i stor grad. Vi mener at det er et behov for en arena/et «rom» der elevene kan snakke sammen om ting som opptar dem, områder som vennskap, kropp, mobbing, seksualitet, grenser og rus.

I den generelle delen av lærerplanen heter det at «Opplæringens mål er å ruste barn, unge og voksne til å møte livets oppgaver og mestre utfordringer sammen med andre. Den skal gi hver elev kyndighet til å ta hånd om seg selv og sitt liv og samtidig overskudd og vilje til å stå andre bi. Kort sagt, opplæringens mål er å utvide barns, unges og voksnes evner til erkjennelse og opplevelse, til innlevelse, utfoldelse og deltakelse», (den generelle delen av læreplanen).

Målsetting for prosjektet og målgruppe

Skolens mål er å støtte opp om prosesser som skjer i elevens liv. Vi skal være en arena som ser og tar på alvor hele mennesket, hele eleven. Målet er å fremme jentenes psykiske helse gjennom å bidra til at hver enkelt blir «sett», og at de har en arena for å skape og styrke vennerelasjoner. Vi mener også at Jentesnakk kan bidra til at jentene blir bevisst på egne valg og bli trygg nok til å sette egne grenser.

Det er et overordnet mål at Jentesnakkgruppene på Røros videregående skole skal resultere i at flere jenter opplever at de har fått nye venner, og at de har utvidet sitt sosiale nettverk.

Bakgrunnen for denne sterke vektleggingen av vennskap er at vennskap har en støttende betydning og kan virke forebyggende for jenter i faresonen. Flere forskere hevder at vennskap kan fungere preventivt med hensyn til selvdestruktiv atferd som rusmisbruk, vold, selvskading, overgrep, trakassering, mobbing og spiseforstyrrelser. «Felleskapet regulerer jenters atferd med hensyn til eksperimentering med rus, seksualitet eller andre grensesprengende handlinger» (Duckert, Lossius, Ravndal og Sandvik 2008:212). Jenter som oppsøker illegale rusmiljøer og eldre gutter, viser seg ofte å ha det til felles at de ikke har nære venninner (Frønes 2006:244). Rusavhengige kvinner forteller dessuten at de i ungdomstiden ofte stod utenfor venninnegjengen og var preget av å være «annerledes» (Duckert, Lossius, Ravndal og Sandvik 2008:212). Vennskap kan også virke som en «sosial buffer» mot ulike traumatiske hendelser. Bourdieu (Wilken 2008) har for eksempel karakterisert vennskap som en form for sosial kapital. Ved å legge dette perspektivet på vennskap blir det å ikke ha venner likestilt med det å ikke ha penger eller utdanning (økonomisk og kulturell kapital). Det å delta i Jentesnakkgrupper kan bidra til å øke jenters sosiale kapital ved at metoden har et hovedfokus på å etablere og beholde vennskap (Mer jentesnakk! Hvorfor og hvordan jobbe med jenter i gruppe? 2016)

Vi mener at gode positive vennskap bidrar til å styrke jentenes mulighet til mestringsopplevelser både personlig og faglig.

Skolen har nulltoleranse for mobbing, og vi tror at Jentesnakkgrupper kan ha en forebyggende effekt.

Målet er at jentene i sterkere grad skal bli i stand til å sette egne grenser ifht. egen kropp, seksualitet og rus.

Målgruppen i prosjektet er 19 jenter på VG1 studiespesialisering.

Prosjektgjennomføring og metode

Prosjektet ble gjennomført ble gjennomført høsten 2019. Dette skoleåret er det 19 jenter på VG1 studiespesialisering. Jentene ble delt i 2 grupper, med 2 veiledere som drev hver sin gruppe.

Aktivitetene ble gjennomført en gang per uke etter følgende plan.

	JENTESNAKK	
Uke	Aktivitet / TEMA	Ansvarlig
36	Oppstart av gruppene, bli kjent, hva er en jentegruppe SITA	Anita, Aina
37	Vennskap	Anita, Aina
38	Selvtillit og egne grenser	Anita, Aina
39	<i>Kroppen</i>	Anita, Aina
40	<i>Kroppen</i>	Anita, Aina
41	Høstferie	
42	<i>Vennskap</i>	Anita, Aina
43	<i>Mobbing</i>	Anita, Aina
44		
45	<i>Seksualitet</i>	Anita, Aina
46	<i>Rus</i>	Anita, Aina
47	Avslutning Evaluering Yoga Måltid	Anita, Aina

Vi brukte metodikken «Jentesnakk» som er en praktisk – pedagogisk metode som skal gjøre det enkelt og drive en jentegruppe.

Metoden er utviklet gjennom praktisk arbeid med jentegrupper fra 1990 tallet i Asker, Bærum, Oslo, Sola og Røyken. Den første Håndboka fra 2006; ”Jentesnakk – en håndbok i hvordan jobbe med jenter i gruppe” (Henriksen & Thommessen, 2006) er basert på en semesteroppgave i rusforebyggende og helsefremmende arbeid ved Høgskolen i Narvik og utviklingsarbeid i Røyken kommune. Utgivelsen ble støttet av Borgestadklinikken kompetansesenter.

Metoden er utviklet av Astrid E. Henriksen, Rønnaug Sørensen og Heidi Thommessen. Metoden er beskrevet i håndboka ”Mer jentesnakk – Hvordan og hvorfor jobbe med jenter i gruppe?” (Henriksen, Sørensen, & Thommessen, 2009).

Målet med Håndboka er å gjøre det enklere å etablere jentegrupper og gi veiledning i gjennomføringen av jentegrupper.

Intervensjonen bestod av 10 ukentlige gruppesamlinger à 1,5 timers varighet for grupper med 9-10 jenter. Gruppelederne har sosialfaglig eller pedagogisk bakgrunn. Gruppesamlingene hadde et overordnet tema for hver gang. Temaene var følgende: vennskap, kropp, mobbing, seksualitet, grenser og rus. Møtene hadde en struktur som sikret en fast ramme. Ulike generelle øvelser og aktiviteter tilpasset et tema var bærende elementer i samlingene.

Håndboka beskriver både hvordan en jentegruppe startes og hvordan slike grupper drives. Den ble derfor et ”verktøyskrin” med hensyn til ideer til innhold og opplegg for i de enkelte samlingene.

Resultater, vurdering av resultat og effektmål

Det har blitt gjort en evaluering både muntlig i gruppene, og skriftlig gjennom et evalueringsskjema som alle jentene fylte ut individuelt. Gruppelederne har også gjort en evaluering.

Følgende har kommet frem:

Jentene opplevde temaene som lærerik, interessant og relevante.

De sier at det har vært bra å bli bedre kjent og snakke sammen. De sier at de har blitt bedre kjent med seg selv og har blitt tryggere på å uttrykke egne tanker og meninger.

Direkte sitater fra jentene etter skriftlig evaluering:

"Jeg har lært å være meg selv først og fremst, men også å respektere andre og kunne takle fremmede situasjoner"

"Å alltid være åpen for personer og ting"

"Jeg har lært at de andre har forskjellige meninger"

" At vi egentlig har de samme verdiene, men vi er forskjellig likevel"

Prosjektet har bidratt til å skape en arena som man ikke finner andre steder i skolen.

Jentene som har vært med på prosjektet har rapportert at Jentesnakkgruppene har bidratt til at de har blitt bedre kjent, det har skapt bedre samhold, og de har lært hvordan de skal være mot hverandre. Det har ikke vært meldt om mobbesaker blant jentene som har deltatt, og i elevundersøkelsen som ble gjennomført i november 2019 rapporteres det at om høy trivsel blant jentene.

Vi mener at prosjektet har vært vellykket.

Oppsummering med konklusjon og videre planer

Prosjektet har gitt oss gode erfaringer og vi ser at Jentesnakk er en metode som fungerer godt i videregående skole for å skape trygghet, inkludering, styrke selvtillit og redusere prestasjonspress og angst.

Metoden har gitt oss erfaring på at temaene og måten å jobbe på, egner seg godt for å jobbe med «hele mennesket». Livsmestring og folkehelse er et av de store bærende tverrfaglige temaene som nå kommer i det nye læreplanverket for skolen, som skal gjelde fra høsten 2020. Jentesnakkprosjektet har vært et springbrett til å utforme et opplegg med hensikt å sette fokus på livsmestring for den enkelte elev og det psykososiale miljøet ved skolen.