

# Ung til ung – mentorsamtaler på efterskole



# Ung til ung – mentorsamtaler på efterskole

## Lær at bruge tidligere elever som ungementorer og implementer mentorordningen på jeres efterskole

Bliv klædt på til at uddanne tidligere efterskoleelever til frivillige ungementor for nuværende elever. Lær at uddanne mentorerne til at facilitere samtaleforløb med jeres elever i løbet af skoleåret.

Ung til ung – mentorsamtaler er et afprøvet forløb, der hjælper unge med at dele deres tilværelsesudfordringer og modgå stigende social mistrivsel.

## Kursussted

Brogaarden

## Dato

Kursusgang 1: 27. marts 2025  
Kursusgang 2: 18. september 2025  
Kursusgang 3: 26. februar 2026

## Formål

Kursets formål er at uddanne efterskolens trivselstovholdere, lærere og ledelse til at arbejde med "Ung til ung – mentorsamtaler".

Deltagerne vil blive i stand til at oplære og støtte frivillige ungementorer (tidligere elever) i at facilitere samtaler med nuværende elever.

Bliv klogere på rekruttering, planlægning og aktiviteter, og få supplerende redskaber til trivselsarbejdet på efterskolen. Understøt udviklingen af frivillighed som en del af demokratisk dannelse.

## Indhold

Undervisningen tager afsæt i det velafprøvede pilotprojekt "Ung til ung mentorskab".. Med fokus på ungefællesskaber og tilværelsespsykologi, facilitering af dialogiske rum og praktiske samtaleværktøjer, veksler undervisningen mellem vidensoplæg, fællesskabende samtaler, gruppeøvelser og egen refleksion. Kurset indeholder tillige en times skræddersyet og praksisnær sparring/supervision med kursusunderviser til den enkelte efterskole. Ligeledes inviteres deltagende efterskoler til faciliteret online vidensdeling på tværs mellem kursusgangene.

## Målgruppe

Lærere, ledere, trivselstovholdere

# Hvad er ung til ung mentor?

"Ung til ung – mentorsamtaler på efterskoler" tilbyder efterskolens elever et rum, hvor de bliver bedre til at dele almene udfordringer med andre unge, hvor ungementorerne "holder rummet".

Målet med samtalerne er at øge efterskoleelevernes selvindsigt og trivsel samt fremme deling af perspektiver i fællesskab med andre unge eller enkeltvis. Lærere, trivselstovholdere og ledelse på efterskolerne uddannes til at klæde ungementorer på til at facilitere rum for disse samtaler som frivillig ungementor på egen "gamle" efterskole.

Efterskoleeleverne tilbydes samtaler med ungementorerne på efterskolen. Det være sig både før og under efterskoleopholdet. Samtalerne kan finde sted i grupper med tematikker som opstart på efterskole, at bo tæt sammen med andre, uddannelsesvalg etc. Der kan også etableres 1:1 samtaler.

# Citater

*"Samtalen mellem ung til ung er guld værd, fordi efterskoleeleverne kan relatere meget mere til os unge. Det kunne jeg selv have brugt som efterskoleelev. Jeg synes også, det at være frivillig på min egen gamle efterskole giver mig mega meget, hvilket gør lysten til frivillighed endnu større".* Ungementor, Himmerlands Ungdomsskole

*Jeg er superglad for at jeg snakkede med Carl. Han var god til at åbne op om sine egne erfaringer, og hvordan han har haft det.*

*Carl var god til at lytte til, hvad jeg havde at sige. Jeg følte på ingen måde, at der var noget pres på, hvad jeg sagde. Jeg kunne være helt ærlig, og han var god til at lytte. Alt i alt er jeg superglad for, at jeg snakkede med ham." Efterskoleelev, HMI*

*"Det vigtigste ved Ung til ung mentor er at opleve, at det har gjort en forskel for de unge. Det ved vi gennem vores evaluering." Anne Mette Schubart, forstander, Thorsgaard Efterskole*

*"At skabe og forstærke det samtalerum mellem unge, som kan være med til at åbne op og give de unge en oplevelse af, at samtalen mellem unge kan noget vigtigt – vi har brugt det både til samtaler i større grupper, mindre grupper og individuelt." Efterskolelærer, Hou Maritime Idrætsefterskole*

# Program

## Ung til ung - mentorsamtaler

Datoer:

**27. marts 2025**

09.30-15.30

Introduktion til ungefællesskaber og dialogiske rum med empatiske lytteværktøjer samt vitaliseringspsykologi

*Maj 2025*

*Virtuel fælles vidensdeling: Deling af erfaringer om opstart af ungementorkursus og udvælgelse af mentorer*

*Juni 2025*

*Virtuel individuel praksisnær supervision: Individuel sparring med kursusleder med fokus på konkret opstart af projektet på den enkelte efterskole*

**18. september 2025**

09.30-15.30

Træning i brug af dialogiske samtaleværktøjer og deling af praksisfortællinger

*November 2025*

*Virtuel fælles vidensdeling: Erfaringer med ungementorkurset og videre udvikling*

**26. februar 2026**

09.30-15.30

Fortsat træning i samtaleværktøjer og forankring af Ung til ung mentortanken

*Marts 2026*

*Vituel fælles afsluttende erfaringsudveksling og opsamling*



## Praktiske oplysninger

Overblik	
Kursussted	Brogaarden, Abelonelundvej 40, Strib, 5500 Middelfart
Dato	27. marts 2025, 18. september 2025 og 26. februar 2026. Alle dage kl. 9.30-15.30
Tilmeldingsfrist	Senest d. 1. februar 2025
Deltagerpris	5.820 kr.
Deltagerantal	Minimum 15
Betaling	Der fremsendes en faktura i forbindelse med tilmelding
Framelding	Tilmelding er bindende efter d. 1. februar 2025. Betaling refunderes ikke efter den dato
Kursusleder	Udviklingskonsulent Mie Juul Ingerslev, Efterskolerne
Undervisere	Lise Grønbæk Nielsen og Heidi Zülau Jørgensen

# Undervisere

## **Lise Grønbæk Nielsen**

Lise er højskolelærer og udviklingskonsulent.

Hun er uddannet lærer og har en coachuddannelse fra ID-Academy og en master i ledelses- og organisationspsykologi fra AAU.

## **Heidi Zülau Jørgensen**

Heidi er efterskolelærer på Hou Maritime Idrætsefterskole.

Hun har været tovholder på "Ung til ung- Mentorsamtaler" på HMI samt deltager i pilotprojekt om "Ung til ung – samtaler på efterskole" i skoleåret 2023/24.

