



## KURSUS FOR KONFIRMANDUNDERVISERE

Er du nysgerrig på, hvilke problematikker, der spiller ind på unges trivsel?



Ønsker du at få redskaber til at hjælpe dine konfirmander på vej, hvis de udviser tegn på mistrivsel?



Så meld dig til kurset for konfirmandundervisere i Lolland-Falster Stift og bliv klogere på, hvordan du kan spille en afgørende rolle for dine konfirmanders trivsel

## Bliv klædt på til at hjælpe unge, der mistrives

Mange unge oplever i dag et pres fra flere fronter med mange krav og forventninger, som de føler, at de skal leve op til. Samtidig giver mange unge udtryk for, at de ser det som et svaghedstegn at bede om hjælp til deres problemer, og at de er bange for, at andre vil dømme dem, hvis de gør. Der er derfor et stort behov for, at unge, der mistrives, føler sig set og mødt, og at der er personer, der tør spørge ind til deres velbefindende.

Derfor tilbyder mindU nu også et kursus til jer konfirmandundervisere i, hvordan I kan spotte og tackle mistrivsel blandt jeres konfirmander, og hvordan I kan agere som en vigtig mellemmand til at hjælpe unge videre til at søge den hjælp, som de har brug for. På kurset vil du:

- Få viden om psykisk sårbarhed, psykisk sygdom og generel mistrivsel blandt unge, og hvordan man kan spotte tegnene
- Høre to af mindU's unge frivillige fortælle deres historier om et ungdomsliv med psykisk sårbarhed tæt på livet
- Få redskaber til, hvordan du bedst kan tage kontakt til en ung på dit konfirmandhold, tackle situationen hvis en ung kommer til dig, og få viden om hvor du kan henvise dem til



"Jeg er blevet mere sikker på min rolle over for de unge. Jeg ved nu, hvor vigtigt det er, at der er nogen, der tør tage det første skridt, og jeg føler mig bedre klædt på til selv at gøre det."

DELTAGER PÅ KURSET

## Program for dagen

- 09.30 Velkomst**  
Forhåbninger til kurset i dag
- 09.45 Om psykisk sårbarhed og unges trivsel**  
Hvad er psykisk sårbarhed, og hvorfor skal konfirmandundervisere skal bruge tid på at arbejde med deres unge om det?  
Hvordan står det til med unges trivsel i dag?
- 10.15 Mental trivsel i konfirmandundervisningen**  
Om mindU workshoppen: Hvad gør vi for at få de unge i tale?  
Hvordan spotter man mistrivsel hos en ung?
- 10.45 Pause**
- 11.00 To unge fortæller deres historier**  
Spørgsmål og refleksion
- 12.00 Frokost og pause**
- 12.45 Erfaringsudveksling**  
Hvad er de tre største udfordringer, som I møder i forhold til at kunne hjælpe konfirmanderne, der mistrives på jeres hold?
- 13.30 Pause**
- 13.40 Hvordan kan I støtte jeres konfirmander?**  
Gruppearbejde med cases  
Præsentation og diskussion
- 14.20 Afrunding og refleksioner fra dagen**

## Dine undervisere

### Maria Amrani, projektleder mindU

Maria er daglig projektleder for mindU og har været ansat i Det Sociale Netværk siden 2019. Maria er specialiseret i at arbejde med ledelse af projekter med udsatte børn og unge som omdrejningspunkt. Hun har særlig erfaring med frivilligt forankrede initiativer og undervisning.

### Lokalkoordinator for mindU og mindU's frivillige

På kurset vil du også have mulighed for at møde en af mindU's lokale koordinatore, der sammen med projektets frivillige afholder workshops for kommende konfirmander. Derudover vil to af projektets unge frivillige dele deres personlige historier om et ungdomsliv med psykisk sårbarhed tæt på livet.



### **Tid**

Tirsdag d. 18. august 2020, kl. 09.30 – 14.30

### **Sted**

Klosterløjen ved Klosterkirken, Kirkepladsen 3, 4800 Nykøbing F

### **Hvem kan deltage?**

Alle konfirmandundervisere i Lolland-Falster Stift og andre kirkelige medarbejdere med interesse

### **Tilmelding**

Skriv en mail til [mindu@detsocialenetvaerk.dk](mailto:mindu@detsocialenetvaerk.dk) med dit navn, stilling, sogn og kontaktoplysninger. Deltagelse på kurset koster 30 kr, der betales på dagen enten kontant eller via mobilepay. Beløbet går til frokost og anden forplejning.

### **Tilmeldingsfrist**

På mail senest mandag d. 3. august

### **Arrangør**

Projekt mindU under Det Sociale Netværk i samarbejde med Lolland-Falster Stift

### **Spørgsmål**

Evt. spørgsmål rettes til projektleder for mindU, Maria Amrani på mail [ma@detsocialenetvaerk.dk](mailto:ma@detsocialenetvaerk.dk) eller på tlf. 2597 1743

### **Hvad er mindU?**

mindU er et projekt under foreningen Det Sociale Netværk, der er stiftet af tidligere statsminister Poul Nyrup Rasmussen, og som siden 2009 har arbejdet for at skabe bedre forhold for psykisk sårbare. I mindU har vi fire års erfaring med at afholde workshops for kommende konfirmander. Vi er til stede i ni af landets stifter og har siden projektets start i 2016 besøgt over 300 præster og deres mere end 5000 konfirmander.