

# Forebygging, sosialt studiemiljø og livskvalitet

- Hvor begynner vi?
- Hva kan vi gjøre som ikke blir feil?

Fokus på utdanning 9.11.22

v/ Prorektor for utdanning

# Forebygging: Skape inkluderende og positive læringsmiljø

Læringsmiljø: er de forholdene som virker inn på studentenes muligheter til å tilegne seg kunnskap, og som er av betydning for studentenes fysiske og psykososiale helse. I et helhetlig læringsmiljø inngår fysiske, digitale, organisatoriske, pedagogiske og psykososiale forhold som del av det helhetlige læringsmiljøet (UH-loven)

**Forskning identifiserer mange kjennetegn på positive læringsmiljø:**

- Inkluderende og høy grad av studentenes deltagelse i et sosialt og faglig felleskap
- Anerkjenner mangfold; inneholder lite mobbing, krenking og diskriminering
- Gode relasjoner til medstudenter og lærere (tilhørighet, trygghet, respekt)
- Tydelige og gode normer, regler og verdier som gjelder
- Profesjonelle kulturer; jobber systematisk med læringsmiljø og utdanningskvalitet
- Læringsledelse og lærerrollen (vær 'trener' mer enn 'dommer')
  - Struktur og forutsigbarhet
  - hvilke krav vi stiller til studentene (Læringstrykk, faglig støtte, mestringsforventning)
  - hvilke tilbakemeldinger vi gir (vurdering for læring)
- Det fysiske miljøet (tilgang til sosiale møteplasser, rombehov, infrastruktur m.m.)

## IN OUR CLASSROOM



[venspired.com](http://venspired.com)

# Forebygging: Gode relasjoner og emosjonell støtte

- Gode relasjoner bør bygge på **trygghet, tillit og respekt**
- Relasjoner kan jobbes med fra 3 perspektiv parallelt:
  - Emosjonell støtte (mellommenneskelig plan)
  - Organisering og tilsyn (strukturelt plan)
  - Læringsstøtte (Faglig plan)

Vi planlegger videre kurs for ansatte for å lære mer om dette med emosjonell støtte :

«**Emosjonell støtte og håndtering av emosjonelt trykk**»

Hva innebærer det å være emosjonelt støttende?

Hvordan varme opp og trappe ned studenter i undervisning innenfor kunsthøgskolen som ofte spiller på/bruker personlige opplevelser som del av det kunstneriske materialet/produksjonen?

Kommer vår 2023





# Forebygging: Livskvalitet

Livet rundt og totalsituasjonen har også betydning og påvirker studiehverdagen

Totalsituasjonen – hvordan er den?

ligger problem innenfor eller utenfor KHiO?

– vi må bry oss uansett, men studentene kan få kurs/info om hvordan øke livskvalitet

Bevisstgjøring av restitusjon og selvomsorg- hva gjør meg godt, hva kan jeg gjøre i hverdagen?

Informasjon og oppfordring om å prioritere velferdsmuligheter

SiO helse tilbud – ny eventkalender

Oslo som studentby

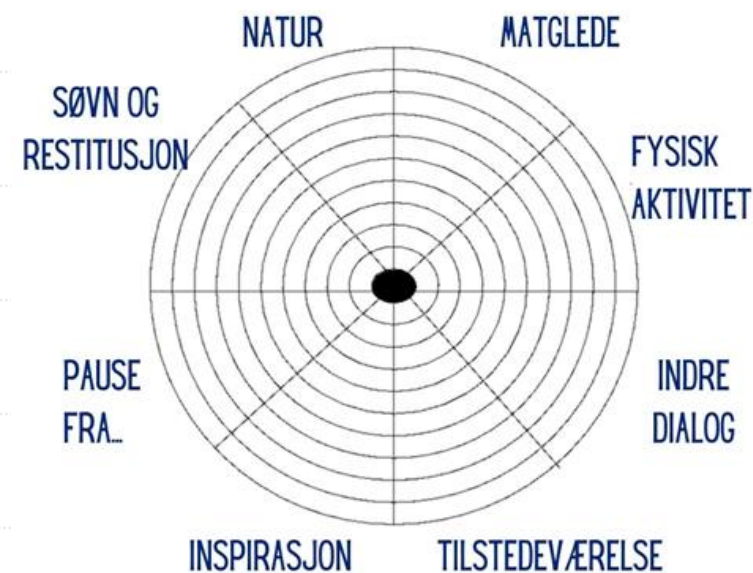
KHiO tilbud –egen aktivitetkalender?

Sosialt studentmiljø på KHiO, lokalt og sentralt- prioriter dette aktivt. **Et godt sted å være er et godt sted å lære**



Mind Full, or Mindful?

— LIVSHJUL FOR KROPP OG SJEL —





# Forebygging: Sosiale møteplasser og aktiviteter

## Sentrale tiltak:

- Akers Mek er tilbakeført til studentene, studentsosial forening etablert, de er i gang!
- Ny modell for SR (studentrådet) –hadde kick off torsdag med gjester fra SIO, NSO og studentombudet
- Fokus på opplæring og støtte til studentdemokratiet, ny ansatt i studieadm (50%)
- Oppdatert info om å avholde arrangement og fester (intranett studenter)
- Oppfølging av arealrapporten og arbeidsgruppe for sosiale møteplasser jobbes med

## Lokale tiltak:

- Skape inkluderende læringsmiljø og følelse av tilhørighet
- Relasjonsbygging og etablere gode kollektive læringskulturer



# Video om å bygge tilhørighet

- Fra verdensdagen for psykisk helse  
m/ organisasjonspsykolog Sindre Storvoll

[Verdensdagen for psykisk helse - Opptak on Vimeo](#)

# Når uhellet er ute?

- Sikreside.no
- Taushetsplikt
- Avvergings- og varslingsplikt  
[Avvergingsplikten - plikt.no](https://plik.no)
- Bruk internt varslingsssystem «Si fra systemet» [Si ifra om læringsmiljøet - Kunsthøgskolen i Oslo \(khio.no\)](https://khio.no)



## Ressursside

<https://www.sikresiden.no/list/preventive>



# Rutiner for videre henvisning

- Disse oppdateres nå og vil bli sendt ut og lagt på intranett
- Hovedregel: Være medmenneske, lytte og støtte, men ikke løse saken selv.
  - Ta kontakt med nærmeste leder (dekan), programkoordinator og studiekonsulent
  - Sammen med aktuell student skal dere finne beste vei videre (individuell tilrettelegging og støttetiltak og/eller helsetilbud/behandling)
  - Skille mellom a) lavterskel b) mer omfattende behandling eller c) akutt innleggelse?
- Vedvarende tilstand/utfordring: SiO helse har et bredt tilbud til ulik problematikk, men er lavterskel tilbud, alvorlige tilfeller blir videre henvist til helsetjenesten
- Akutte tilfeller/øyeblikkelig hjelp (kan ikke vente til i morgen!)
  - Akutten DPS (dagtid), fastlege eller Oslo kommunale legevakt (etter kl. 16) konsulteres
  - Usikker, ring og drøfte med disse etatene
  - Situasjon eskalerer, ring nødetat og øyeblikkelig hjelp (fare for seg selv) 113 eller (fare for andre) politi 112





# Veien videre- behov for kurs og kompetanseutvikling?

Summegrupper:

Hva opplever du som mest utfordrende i lærer/veileder rollen på KHiO og hva slags tematikk ønsker du kurs og kompetanseutvikling på?