

MindU er et projekt udviklet af Det Sociale Netværk, der sætter fokus på psykisk sårbarhed og mental trivsel blandt unge, der går til konfirmandforberedelse. Det er samtidig også et projekt, der skal bidrage til at bygge bro mellem folkekirken og folkeskolen og skabe et tættere samarbejde om emner, hvor kirke og skole med fordel kan trække på hinanden.

Formålet er at øge unges mentale trivsel ved at skabe større åbenhed om psykisk sårbarhed. Mange unge savner redskaber og hjælp til at tale om problemerne, og det er ikke altid lige nemt at tale med sine venner, lærere eller familie. Konfirmander har i præsten en anden voksenautoritet at spille op imod, ligesom talen om tro og følelser – både de svære og de umiddelbare – får en helt anden dimension hos præsten. Med mindU skaber vi et nyt rum for at tale om mental sundhed uden for klasseværelset – på nye præmisser og med tid til fordybelse. Kristelig Dagblad havde omtale af projektet: <http://www.kristeligt-dagblad.dk/kirke-tro/som-kristne-mennesker-har-vi-pligt-til-tage-ansvar-hinanden>

Hvad er mindU?

mindU er et gratis undervisningskoncept til præster, der er interesseret i at arbejde med psykisk sårbarhed og trivsel som en central del af konfirmandforberedelsen, men kan også sagtens bruges af lærere i folkeskolen. Projektet indeholder 2 dele, som du frit kan sammensætte efter egne ønsker og behov.

- Workshop
- Undervisningsmateriale

Workshop

Med workshoppen sætter vi spot på de følelser, tanker og den sårbarhed, som følger med det at være ung. Det hele formidles af unge og tager udgangspunkt i deres personlige erfaringer. Workshoppen varer minimum to undervisningslektioner og består bl.a. af oplæg fra unge, gode råd, refleksion og diskussion samt dilemmaspil.

Undervisningsmateriale

I forlængelse af workshoppen har vi udarbejdet et undervisningsmateriale til henholdsvis folkekirken og folkeskolen med forslag til, hvordan begge parter på hver sin måde kan arbejde videre med temaet.