

august
2020

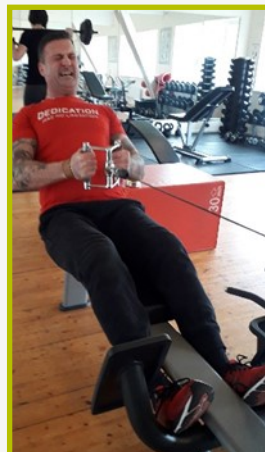
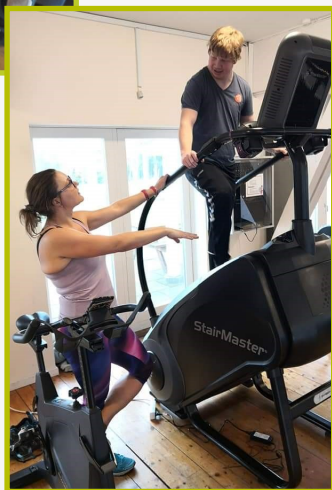


FVIND MYT

Denne sommer

I form til OL

Hvert år bliver der afholdt OL her på Tvind, hvor elever og ansatte fra skoler i hele Danmark kommer og dyster i forskellige discipliner. De tilmeldte skoler har trænet med eleverne op til OL, og der er stor præstige i at opnå gode resultater. Selvom OL i år bliver anderledes, da vi ikke kan mødes fysisk, arbejder vi alligevel på at komme i god form. Vi bruger også denne anledning til at få testet elever og lærernes form og motivere til træning—ikke bare træning op til OL, men vedvarende træning.



HVAD GØR VI:

TEST:

Først tester fitnessinstruktør Kenneth grundformen på elever og lærere. Dette for at give en ide om, hvor meget formen kan flyttes. - Der bliver blandt andet målt udholdenhed og kondital på løbebånd.

TRÆN:

Efter testen går selve træningen i gang, med tanke på hele tiden at optimere grundformen. Alle får lagt et individuelt træningsprogram.

HOLD:

Udover at træne i stedets fitnesscenter, træner eleverne på hold. Det kan være fodbold, basketball eller løb. Alle elever bliver motiveret til at vælge en interesse.

RESULTAT:

Resultatet kan vi se et par dage før OL, hvor eleverne bliver testet i vores fitnesscenter igen. Vi håber altid at resultatet er tydeligt, så elever og lærere kan se, at de har rykket sig via

Træning!

– Både individuelt og på hold

Vi er heldige på Tvind. Vi har et stort, flot og lyst fitnesscenter med en masse maskiner. Det udnytter vi og motiverer eleverne til at træne – både sammen og hver for sig. Nogle elever har det bedst med at træne alene, imens andre bliver motiveret ved at træne med andre. Nogle elever har det bedst med dunkende musik, imens de træner, imens andre foretrækker stilhed. Her er der plads til det hele. Vi arrangerer os ud af det. Kl. 7 kommer de første elever i fitnesscentret, hvor der er stilhed til at dyrke YOGA og til at træne roligt. Om eftermiddagen fyldes fitnesscentret med dunkende musik, og der bliver dyrket cardio og styrketræning med fitnessinstruktøren. Aftentræningen er typisk af længere varighed, og her kommer mange forskellige elever og trænere, med hvert deres behov.

Hvis en elev har et særligt behov for træning af forskellige muskelgrupper, eller skal motiveres til cardio træning, kan de blive undervist i dette, på andre tidspunkter hvis de ønsker det. Vi er heldige at have både fitnessinstruktør og kostvejleder ansat, samt en masse ansatte som elsker at træne. Det smitter af på eleverne, som typisk også finder glæden ved træningen.

Vores fitnessinstruktør Kenneth er altid frisk på holdtræning, og underviser gerne individuelt med muskelopbyggende træning. Ingen på Tvind bliver forbigået mht. træningen og alle elever bliver motiveret og guidet hen imod træningscentret – enten af Kenneth, de ansatte eller de andre elever.

Det gode ved et fitnesscenter lige udenfor elevernes huse er, at de benytter sig af det om eftermiddage, aftener, weekender, ferier og på andre tidspunkter, hvor andre ikke har mulighed for det. Kort sagt – der er ingen undskyldning for ikke at træne!

Hvis det ikke lige er fitnesscentret, som trækker i eleverne, er vi altid klar på at etablere et løbehold, at få eleverne i gang med at gå dejlige ture i naturen eller noget helt tredje. Motion er vigtigt, og det er særdeles vigtigt at få eleverne motiveret til en sund livsstil med gode og sunde interesser.



Her guider fitnessinstruktør Kenneth elever i muskelopbyggende træning. Det er hårdt, men godt! Samme elev guidede mig ugen efter i samme omgang træning, og jeg kunne ikke løfte mine arme i flere dage! Det er dejligt at træning er som ringe i vandet – når først man har lært det, kan man give denne nyopdagede viden videre og deraf vokse med opgaven.



Sommer på Tvind

Alternativ sommerferie

Nogle elever er ikke på sommerferie uden for Tvind, men derfor kan lysten til sommerferie udenfor eget hus godt være der. Det er typisk kun vores egne tanker, der sætter begrænsninger for os. Vi har en elev boende, som drømte om at komme på camping. Det tog ikke lang tid for ledelsen at skaffe en campingvogn, som blev sat op i udkanten af Tvind. Her har han haft base hele sommeren, og sover der fortsat hver nat, sammen med en pædagog.

Campinglivet bliver nydt, men eleven er glad for, at han stadig er så tæt på Tvind, at han kan deltage i græsslåning og andre udendørsaktiviteter i løbet af dagen, samt i arrangementerne om aftenen. Derudover spiser han alle måltider i frokoststuen, så han ikke skal lave mad i campingvognen – det passer ham utrolig godt!

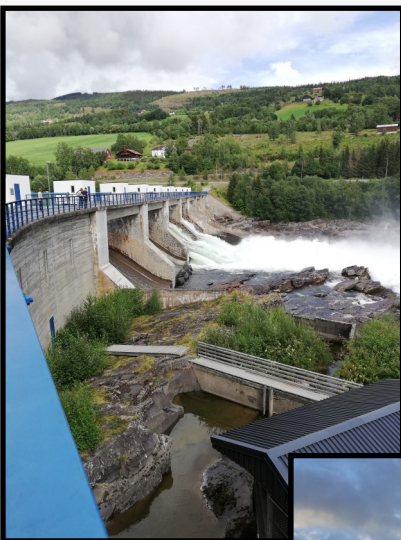


Eleven fik at vide af en besøgende, at man ikke kan bo i campingvogn uden fortelt, så han købte straks et "fortelt".

Sommerferie i Norge

Forstanderparret har været en uge i Norge med 4 elever i sommerferien. Det er en helt unik måde at komme tæt på hinanden. På en uge er der god tid til sjove oplevelser, alvorlige stunder og samtaler om fortid, nutid og fremtid.

Elevgruppen er nøje sat sammen, så de passer til hinanden og som holder af og nyder fred og ro. For der bliver ikke lagt skjul på, at sommerferien med forstanderparret forløber stille og roligt, og ikke indeholder vilde byture. Dette er flere elever glade for, og de nyder en afslappende ferie uden høj musik og mange udefrakommende indtryk. Ugen var sjov og begivenhedsrig, og der blev afprøvet nye vandreruter, riveryrafting, kajak, spillet spil, samt spist god mad sammen.



Det er meget smukt i Norge. Her er der udsigt til både vand og grønne enge.

Flere elever oplevede roen i en kajak for første gang.



Sommer på Tvind



Vi er vilde med sommerferie!

Mange af eleverne er her i hele sommerperioden, og det betyder, at pædagogerne virkelig har mulighed for at lave et godt program, så eleverne har lyst til at komme ud og være en del af fællesskabet. Det er heldigvis lykkedes til fulde! Eleverne har været på rigtig mange ture ud af huset, blandt andet på flere småture til Tyskland, shoppetur til Århus og Ålborg, besøg i badeland og strand og hel dagsudflugter til blandt andet Djurs sommerland. Derudover har vi brugt vores egne faciliteter rigtig meget og blandt andet overnattet i shelters, haft bålaften i bålhytten, høstet og tilberedt lokal mad, afholdt fodboldturneringer og basketballturneringer, haft sang- og danse aftener, wellnessaftener, været på vandreture, fejret fødselsdage og været på cykelture i det skønne naturområde vi bor i.



DNS - Det nødvendige seminarium

DNS2020 holdet afslutter i august deres første opsparingsperiode.

Flere af dem har i de seneste 8-12 måneder arbejdet på Villaerne hvor både lært og bidraget utrolig meget.

En af pigerne deler her, hendes tanker om integrationen mellem eleverne på botilbuddet og de studerende på DNS.



"Begrebet integration, som vores livsstil her er formet omkring, er helt sikkert en af de ting, jeg elskede ved Tvind siden begyndelsen. Det imponerede mig, fordi det på det tidspunkt forekom mig, at værdier, der ligner integration, ofte prædikes, men ikke gennemføres. Det er trist at bemærke, at steder, hvor integration faktisk udøves, ligesom Tvind, i første omgang føles næsten utopisk og uvirkeligt ... hvor det burde være en grundlæggende form for menneskelig anstændighed.

På baggrund af min erfaring og mine observationer som DNSer mod slutningen af min opsparingsperiode vil jeg i denne korte artikel forsøge at forklare, hvordan jeg forstår integrationsbegrebet, hvilken rolle det spiller i "Tvind Pædagogik", og på hvilke måder det omsættes i praksis i Tvind.

Til en start, hvad mener jeg så med "integration"? Konceptet er enkelt: En person er integreret i et fællesskab, når de, uanset hvor forskellige de er, føler, at de har deres plads og spiller deres rolle i det, og de er accepteret og værdsat for deres særlige måde at være på. Tvind Skolecenter deles af forskellige institutioner og dermed af en række meget forskellige mennesker. Integration er derfor et vigtigt aspekt, eller rettere et af målene, af "Tvind Pædagogik". I Tvind bliver der hele tiden fokuseret på, hvordan vi kan gøre det bedre for den enkelte elev ved at løbende finde nye måder at få dem til at føle, at de hører til. Disse drøftelser og refleksioner bliver senere til virkelighed ved de mange måder, hvorpå vi rent faktisk udøver integration. Her nedenfor vil jeg dele nogle af dem.

Eleverne bliver integreret i fællesskabet, i høj grad gennem deres interaktioner og relationer med DNS studerende, især dem, der arbejder på botilbuddene som vil kalder "Villaerne" i opsparingsperioden. DNSernes rolle er at dele liv med eleverne, altså meget mere end kun at arbejde med dem. Dette opbygger ærlige og stærke, mellemmenneskelige forbindelser. DNSerne bliver rollemodeller og på denne måde "lærere" for de studerende; de opnår også et forhold, der ligner venskab, men stadig er præget af en vis afstand, der gør det muligt for DNSere at stille krav og forblive objektive og professionelle over for eleverne.

En anden faktor, der fremmer integrationen, er den opmærksomhed, der lægges på at skabe inkluderende programmer og fælles aktiviteter. Hver aften afholdes aktiviteter der er blevet nøje organiseret med det formål at være tilgængelig for alle: caféer, workshops, fester, filmaftener eller brætspil aftener, kun fantasien sætter grænser! Elevernes individuelle behov tages altid i betragtning, samtidig med at der skabes fælles aktiviteter.

Som en modsat reaktion på, hvordan jeg følte, da jeg først kom, er det nu meget underligt for mig at se på verden og bemærke, at betydningen og værdien af et integrativt miljø tilsyneladende ikke er sund fornuft. Mange mennesker bliver desværre begrænset af et system, en kultur, en måde at organisere mennesker på, som næsten er uforenelige med begrebet integrationsmiljø og med reelle og ærlige mellemmenneskelige forbindelser. Af disse grunde og andre, tager jeg ofte mig selv i at håbe, at verden ville se lidt mere ud som Tvind."

**Som socialrådgiver på
Tvind, bliver jeg ofte spurgt
hvilke teorier og modeller
vi bruger.**

**Jeg svarer gerne:
"Kærlighed og krav"**



Når vi taler om pædagogikken her på stedet, taler vi meget om "Kærlighed og krav". Men hvad betyder det egentlig i daglig praksis?

Jeg var til personalemøde i dag, hvor vi drøftede en elev der efter en meget dårlig telefonisk samtale med sin mor, havde ødelagt inventar i både værelse og i fællesområder i huset, hvor han bor. Eleven løb efterfølgende fra huset og ind i skoven, hvor han satte sig ved bredden af Madum Bæk.

Pædagogen kom og satte sig ved siden af eleven, og stilheden rungede i luften... Efter et stykke tid kiggede eleven op og sagde: "Hvorfor fanden er du her endnu? Jeg har lige smadret mit værelse og hele fællesstuen..." Pædagogen kiggede kærligt på eleven og sagde: "Du har haft en rigtig svær dag, og svære dage er meget lettere at komme igennem, når du ved, at der er nogen, der er her med dig... Jeg *er* her og jeg *bliver* her." Eleven så først kampberedt ud, men da pædagogen ikke gjorde mine til noget som helst, begyndte eleven at løsne op, og åbne op. Efter et stykke tid begyndte eleven at fortælle om bevæggrunden til, at han havde reageret så voldsomt og fysisk.

***"Hvorfor fanden er du her endnu?
Jeg har lige smadret mit værelse og hele fællesstuen..."***

Med visheden om at eleven ikke stod alene i det hele, og at der rent faktisk var nogen, som holdt fast, kom eleven godt og styrket videre.

Enden af dagen blev, at eleven selv ryddede op i både værelse og fællesstue, lavede en plan for erstatning af det ødelagte, samt sagde undskyld til de involverede. Han opsøgte herunder selv faglærere mht. udbedring af hul i væg og dør. Det er kærlighed og krav i den mest naturlige form. Vi giver kærlighed (Støtte, anerkendelse, opbakning) og til gengæld kræver vi også, at de (med støtte) hjælper sig selv.

Hvis eleven ikke havde oplevet støtte i pædagogen, men fået skældud og løftede pegefingre, når han kom tilbage til stedet, tænker jeg ikke at han ville komme styrket ud af oplevelsen. Som det blev, oplevede eleven støtte til at komme ud af situationen, og fik sikkerhed og kærlighed til at opsøge hjælp.

Rundt om Tvind

Yoga i fitness hver dag kl. 7 — Jeg var med!

Kl. 7 hver morgen er der Yoga i Tvinds fitnesscenter. Det er en studerende fra Det Nødvendige Seminarium, som har et hold. Eller det vil sige... hun startede med at dyrke Yoga for sig selv kl. 7 hver morgen, hvor der var ro og ingen mennesker i fitness. Det var der dog hurtigt nogle elever der lurede, og de begyndte at komme kl. 7 og gøre øvelserne efter. Dette udviklede sig hurtigt til et regulært hold, og er nu en fast uformel del af programmet.

Jeg har aldrig dyrket Yoga eller tidligere fundet det interessant, men blev grebet af stemningen, og deltog en tidlig morgentime.

Vi var 4 til Yoga den morgen; og vi nød den sjældne stilhed, morgensolen som strømmede ind på verandaen foran fitness, og kroppene som blev strukket igennem.

Det er fantastisk at et sådant Yoga-hold kan opstå ud af ingenting. Et menneske kan noget, som andre finder interesse i, og uden at gøre et stort nummer ud af det, kommer de interesserede med. Der er ingen formelle hold, ingen indmeldelse, ingen formularer. Der er i stedet fantastisk god energi og sammenhold.



30 mennesker, 100 træer

Når 30 mennesker går sammen om et projekt, kan der hurtigt ske noget. Det var præcist opskriften på weekendens haveaktion, hvor 30 elever, lærere og andre frivillige gik sammen for at luge ud i Tvinds plantage. Græs og ukrudt var ved at få overtaget den smukke frugtplantage, men indenfor få timer var der sat skik på det igen.

Vi glædes over den pædagogiske indsats og viljen fra elever og lærere til at hjælpe, når der er brug for det.

Socialrådgiver Gitte Roslund

Tlf.: 29 11 48 53 E-mail: Socialraadgiver@tvind.dk

Har du ros, ris eller en god historie? Så skriv til mig!