

## **Lärare, studerande och SEd-coacher har tillfrågats följande:**

***”Vilka egenskaper hos en stödjare är viktiga för att SEd-metoden ska fungera?”***

### ***Vara tydlig i uppgifter och examinationer***

Att den studerande vet vad som förväntas i uppgifter och examinationer är viktigt för att känna trygghet och nå ett lyckat resultat. Det kan underlätta med exempelvis skriftliga instruktioner.

### ***Vara ärlig***

Om du exempelvis ska ge feedback till studenten är det viktigt att detta bygger på ärlighet. Det kan både handla feedback kring styrkor och utmaningar. För att kunna vara ärlig är det viktigt att bygga upp en tillitsfull relation. Ärligheten kan även handla om vad du kan erbjuda som SEd-coach och inte. Att tydliggöra ramarna för er relation är en bra förutsättning för att vara ärlig

### ***Vara närvarande***

Att lyssna aktivt och komma ihåg vad eleven berättat handlar om aktiv närvaro. Ställ in din telefon på ljudlöst när ni har möte och visa studenten att du finns där för just denne. Att vara närvarande är ofta en förutsättning för att uppfatta förändringar hos studentens beteenden.

### ***Vara lösningsfokuserad***

När eleven känner ett motstånd till vissa uppgifter är det viktigt att tydliggöra olika alternativ till lösningar. Hjälps studenten påminna sig om sitt mål och hur handlingsplanen ser ut för att denne ska nå dit. Även vad personen redan lyckats med i sin utvecklingsprocess.

### ***Vara modig***

Det gäller för både dig som SEd-coach och den studerande att ibland gå utanför er komfortzon. När du ser förändringar, våga fråga vad som hindrar eleven och hur personen mår.

### ***Skapa och behålla relationer och nätverk***

För att den studerande ska lyckas och känna tillfredsställelse i sin studiesituation är det viktigt att du som SEd-coach hjälper till att skapa och behålla nätverket runt denne. Finns det konflikter kan det vara en god idé att boka in ett möte för att lösa intressekonflikter. Ibland kan studentens mående även bidra till att denne inte orkar upprätthålla nätverkskontakterna. Då är du som SEd-coach viktig.

### ***Ha ett stödjande arbetssätt***

Det är viktigt att du som SEd-coach är stödjande men inte tar över den studerandes ansvar över skolarbetet. Det är lätt att vilja hjälpa till "för mycket" ibland. Försök att få studenten att genomföra uppgifterna med stöd från dig. Det kan exempelvis vara att du närvarar på ett möte tillsammans med studenten men denne för talan. Studenten äger sin egen process, bli därför duktig på att fördela ansvaret utifrån detta.

### ***Ha respekt för olikheter***

En avgörande del för att skapa en tillitsfull relation är att ha respekt för olikheter. Det är därför viktigt att ta reda på vilka värderingar studenten och sätta sig in hur just denna person tänker. Ibland kommer du möta studenter som är olik både dig och andra du mött. Var därför hellre nyfiken än dömande.

### ***Rättvis tillgång till stöd***

Ibland kan det vara svårt att avsätta samma tid för varje elev. Det är däremot viktigt att erbjuda ett så individuellt stöd som möjligt som ges i tid. Trots att en elev fått många chanser till stöd som denne inte tagit emot, så har den lika mycket rätt till individuellt stöd som alla andra. Fråga om elevens behov brukar vara en nyckel till en mer rätt tillgång till stöd.

### ***Vara en aktiv lyssnare***

Att lyssna öppet, utan att döma personens beteende eller åsikter är viktigt. Att ha fokus på vad personen säger, istället på vad du ska svara, är en del av aktivt lyssnande. Lär dig att ställa följdfrågor för att hjälpa eleven att förstå vad den är i behov av för att nå sitt mål.

### ***Följa elevens behov***

Det är studentens lärdomar som är avgörande i SEd-processen. Att följa studentens behov att exempelvis stödja denne att plugga inför ett prov som sker dagen efter är en del av detta. Trots att du som SEd-coach ser att möjligheterna att provet blir godkänt är minimala så är det viktigt att det blir en lärdom som eleven får upptäcka själv. Eleven äger både sina lyckanden och (misslyckanden) lärdomar. Vilket i sin tur leder till att testa nya sätt för att lyckas bättre nästa gång.

### ***Vara strukturerad***

Att kunna stödja eleven med att strukturera viktiga uppgifter och hålla koll på deadlines är viktigt. Genom att du har struktur över vad ni är i processen och vad som händer här näst, är det lättare att följa upp studentens handlingsplan.

### ***Inte ta elevens agerande personligt***

Om den studerandes humör och mående förändras så är det viktigt att du ser att det är en del av en förändringsprocess och handlar antagligen inte om ditt sätt att stödja. Ställ öppna frågor, se över om behoven förändrats och försök ha ett lösningsfokuserat sinne. Däremot är personangrepp och kränkande behandling inte godtagbart, vilket kan innebära att du behöver sätta gränser.

### ***Ha viss självkänedom***

Att veta vilka värderingar du själv har som SEd-coach och känna hur du reagerar i olika situationer kan vara viktigt när du stödjer en student. Hur reagerar du exempelvis på en student som alltid kommer försent, glömmer vad den ska göra eller ofta skyller ifrån sig? Ju bättre självkänedom du har desto bättre kan du sätta upp tydliga ramar för ert partnerskap. Var tydlig med vilka konsekvenser vissa beteenden kan få och hitta lösningar som passar er båda.

### ***Ha ett genuint intresse för målgruppen- vilja att försöka förstå***

Att möta studenternas olikheter innebär att du behöver ha ett genuint intresse att vilja förstå individens situation. Det viktigaste är inte att vara påläst om olika diagnoser och sjukdomar, utan fråga studenten hur studiesituationen fungerar för denne.

### ***Ha en positiv människosyn***

Vi kan aldrig veta på förhand vem som kommer lyckas i studier och inte. Det är därför viktigt att ha en positiv människosyn där alla människor är kapabla att nå sina mål utifrån sina förutsättningar.

### ***Ge tid***

Att ha möjlighet att kunna avsätta tid för stöd till studenter är viktigt i SEd. Men det är lika viktigt att se att olika individuella processer tar olika lång tid. För vissa elever kommer det gå fort från att de exempelvis söker stöd tills de vet vilket utbildningsmål de valt. För andra kan det ta betydligt längre tid.

### ***Följa upp elevens process***

Att följa upp bestämda uppgifter som fördelats mellan dig och studenten är viktigt. Om eleven exempelvis inte genomfört en bestämd uppgift kan det vara läge att utvärdera varför uppgiften inte blev gjord. Handlingsplanen kan därefter anpassas nya lärdomar.

### ***Ha tålamod***

Att du som SEd-coach har tålamod är en viktig färdighet i SEd. Det tar tid att göra en förändring (minst 21 dagar). Att gå tillbaka i gamla vanor är därför vanligt. Försök att värna individens förändring av vanor än yttre världens krav av resultat.

### ***Vara flexibel***

Att vara flexibel är inte samma sak som att vara gränslös. Det är studentens behov som står i fokus. Om ni på föregående möte bestämde att studenten vill ha stöd med en uppgift och kommer med en ny uppgift under dagens möte, så var flexibel för det. Däremot är det viktigt att det inte finns några gränser för hur du anpassar dig. Att behöva ändra hela sitt schema för att en student kommer i sista sekund och har ett behov är inte heller en lösning. Det viktiga är att inte "straffa" studenten för sina tillkortakommanden. Tydliggör ramarna för partnerskapet.

### ***Ha en icke-dömande attityd***

Vi människor kommer alltid ha fördomar kring olika saker. Om en students värderingar och mål skiljer sig från våra så är det viktigt att komma ihåg att du som SEd-coach stödjer studentens önskan. Det är lätt att vilja ge råd men var hellre nyfiken och ställ dig själv åt sidan.

### ***Vara empatisk***

Din förmåga att uppfatta och uppleva studentens känslor är viktigt. Att exempelvis avläsa sinnesstämningar och känslor och visa respekt inför dessa.

### ***Möta individen där den är***

Det är viktigt att möta studenten där denne befinner sig och inte där vi tycker eller tar för givet att den "borde vara". Gräv där personen står och utforma en handlingsplan utifrån det.

### ***Förmedla hopp***

Att förmedla hopp när studenten tvivlar på sin förmåga är avgörande. Stöd studenten att dela upp uppgifterna så de känns mer överkomliga och hjälp till att visa resultat. Exempelvis "bra nu har du gjort 40 % av den här uppgiften, nästa gång kan du göra 40 % till så har du bara 20 % kvar".

### ***Stödja personen till rätt instans för att få hjälp utanför studierna***

Att se över vilket stöd som finns i – och utanför skolan. Att kunna vägleda studenten rätt så denna kan få hjälp i tid. Följ gärna med eller var med i bokning av kontakt.

### ***Hålla det man lovar***

Det handlar om att bygga en tillitsfull relation där du exempelvis inte lovar mer än du kan hålla, förklarar hur mycket tid till stöd du kan avsätta etc.

### ***Dokumentera arbetsprocesser***

För att kunna tydliggöra för studenten vilka framsteg som görs så är det viktigt att dokumentera arbetsprocesser. Det är även viktigt för att snabbt kunna vidta åtgärder när det sker drastiska förändringar i studentens situation. Att kunna återkoppla till studenten hur arbetsprocessen sett ut så skapas lättare struktur och fokus.