



Paradokset i støttegiverarbejdet

Raido, den 6. oktober 2026

Psykolog og programleder
Marie Linde Husby



Videnscenter
for inkluderende læringsmiljøer

Videnscenter for Inkluderende Læringsmiljøer <https://vil.srg.dk/> Studenterrådgivningen www.srg.dk

**En national institution under Uddannelses- og
Forskningsministeriet**

Forebyggende indsatser med uddannelsesinstitutioner, bl.a.
samarbejde med undervisere, støttegivere og ledere

Psykologisk rådgivning og korttidsterapi (fremskudt og online
SPS-afdeling)



Workshoppen i overskrifter

Hvordan forstår vi elever og studerende med SPS?

Stor betydning for vores tilgang

Tilgange i mødet med elever og studerende

Eksempler fra et grundforløb for støttegivere

Styrkefokuseret tilgang

Tilhør og almenpsykologiske perspektiver

Udfordringsmønstre på tværs af funktionsnedsættelser

Kontekstens betydning



Refleksionsøvelse

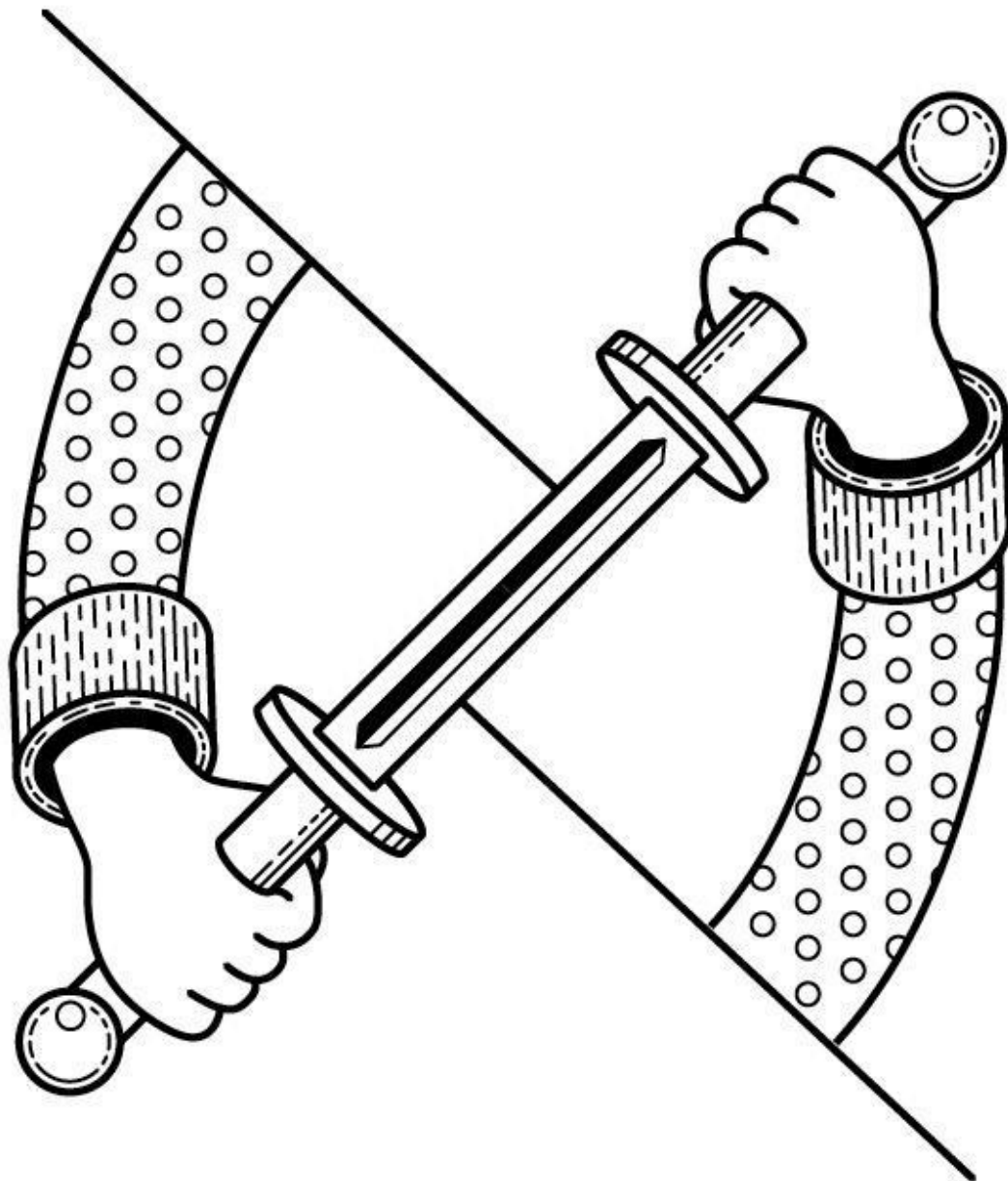
Hvad bider I mærke i?

Hvad ville I lægge vægt på i støtten af denne studerende?

Ville det gøre en forskel for jer, om den studerende har en funktionsnedsættelse eller ej?

Hvis ja – hvilken?





SPS-støttens paradoks



Individualisering



Diagnosen/den specifikke funktionsnedsættelse er udgangspunktet for at få SPS-støtte

De individuelle udfordringer skal løbende dokumenteres og får en særlig opmærksomhed

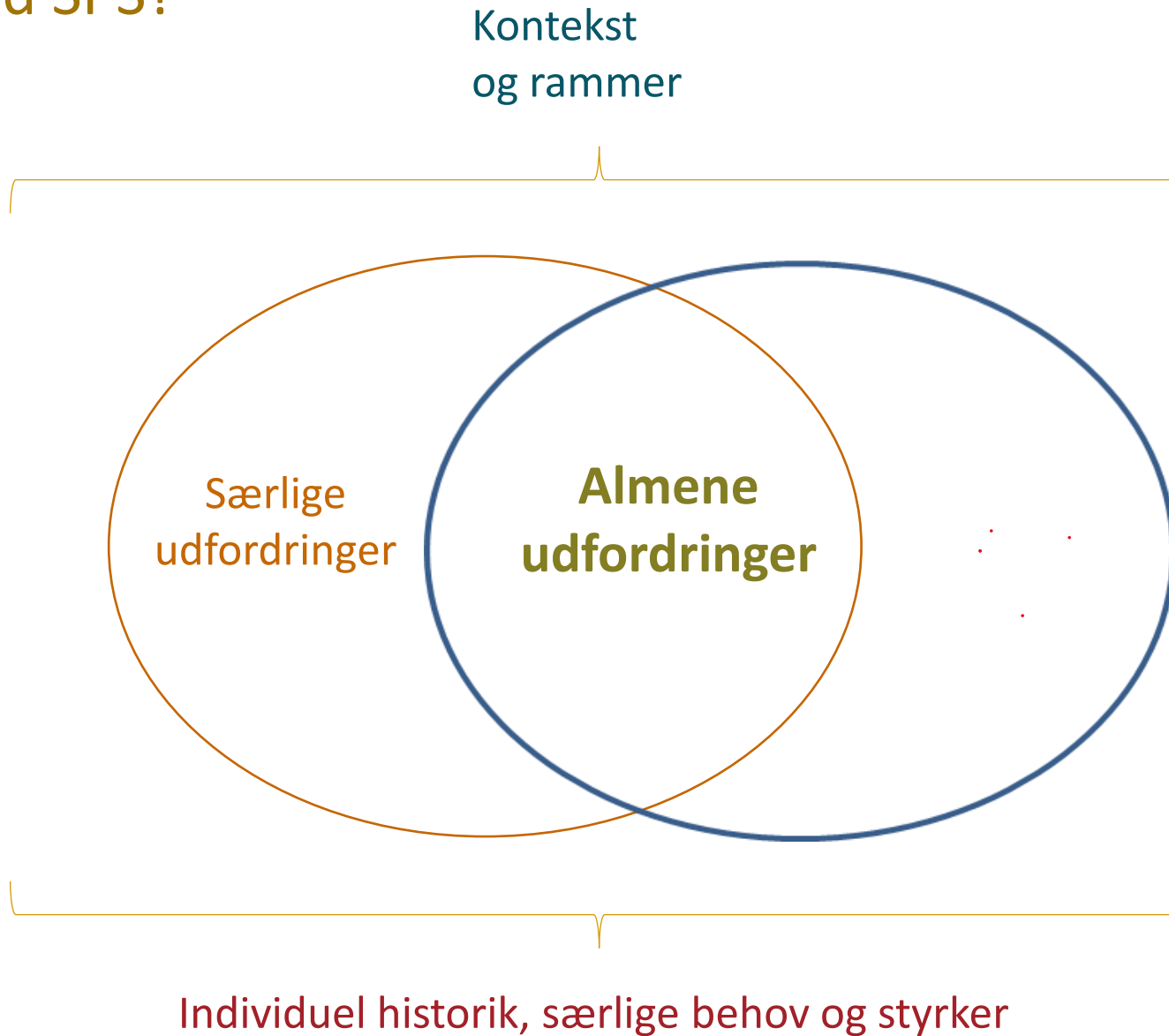


Fokus på individuelle faktorer frem for situationelle

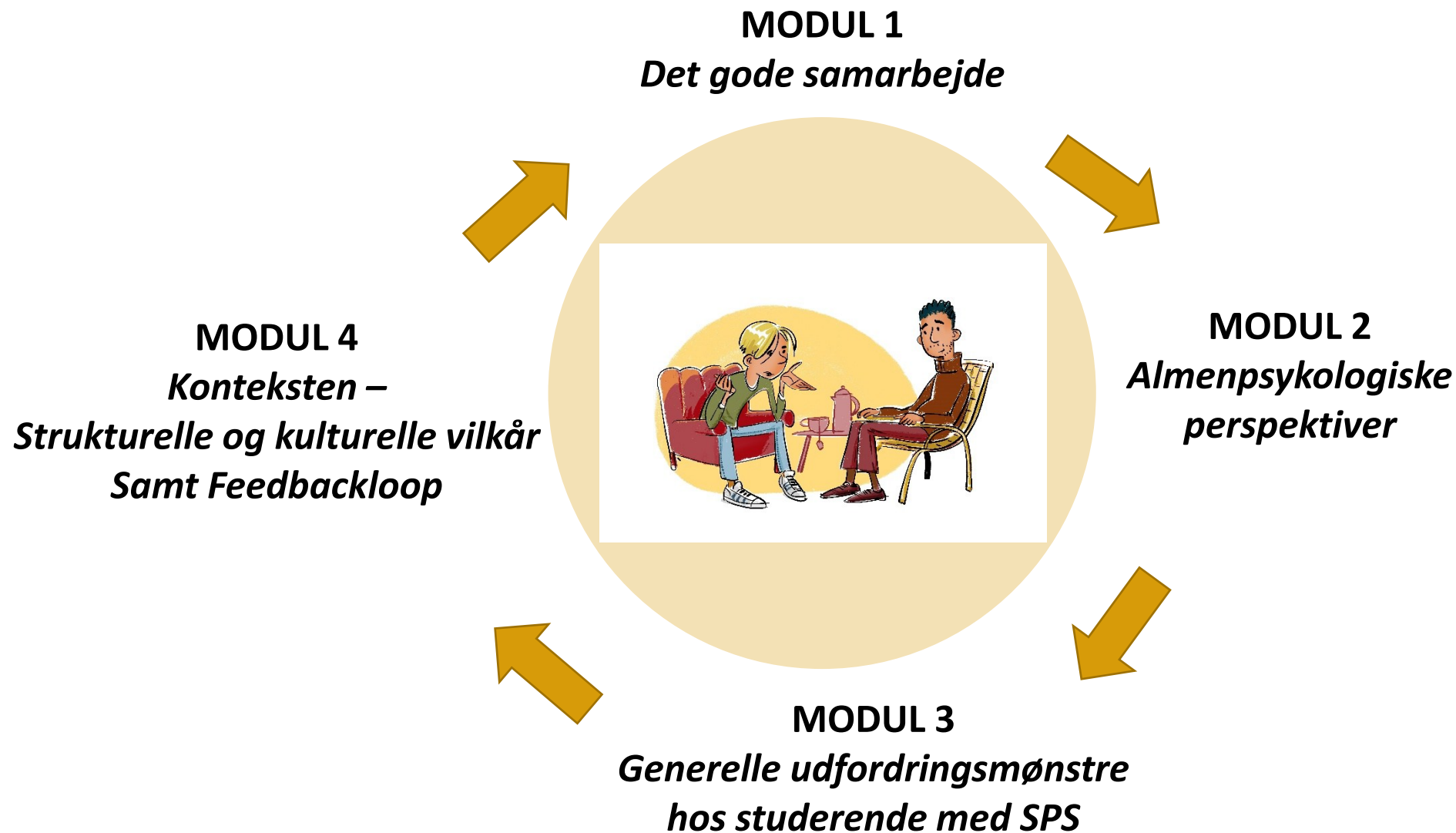
Kan påvirke studerendes tro på egne evner – fagligt og socialt



Hvordan forstår vi studerende med SPS?



Et grundforløb for støttegivere



Seed - Individuelle SPS-samtaler

- .. der ikke bidrager til unødigt stigmatisering
- .. eller unødigt individualisering af ansvar for at kunne passe ind på uddannelsen
- .. men styrker studerendes oplevelse af tilhør

Soil - Feedbackloop

- .. Indsamle mønstre i studerendes udfordringer og omsætte dem til viden, der kan deles med uddannelsesinstitutionen mhp. at bidrage til en reduktion af studiemiljøets barrierer

Change requires planting good seeds (a more adaptive perspective) in fertile soil in which that seed can grow (a context with appropriate affordances).

- Walton & Yeager

Perspektivet

At se studiemæssige vanskeligheder som mere end stabile egenskaber ved studerende og **forstå, hvad der sker i mødet mellem studerende, studiekraft, undervisningsformer og uddannelsesstruktur**





Tilgange i mødet med studerende med SPS





Styrkefokuseret tilgang
Identity Reframing



Konsekvenser af en ren individfokuseret tilgang

(Over)fokusering på diagnose

Kan komme til at understøtte en identitet knyttet til negative egenskaber; at være forkert, anderledes, begrænset, reduceret



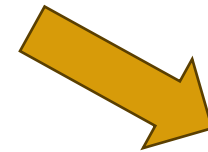
(Over)fokusering på hvad de ikke kan

opretholder et uhensigtsmæssigt normalitetsbillede (det er unormalt at have udfordringer)



Et nyt blik giver nye muligheder

Flytte fortællingen om, hvem de er, fra en **problemidentitet** til en mere hjælpsom og realistisk **styrkeidentitet**



Eksempler på en styrkefokuseret tilgang

Eksempel

"Jeg er bare ikke god til at studere."

"Når du siger 'studere', mener du så at læse lange tekster alene? For jeg hører også, at du er ret god til at forstå stoffet, når du taler om det højt"

Fra *"jeg er dårlig til at studere"*

Til *"jeg lærer bedst dialogisk og aktivt"*

Eksempel

"Klappen går næsten altid ned for mig."

"Jeg hørte dig sige, at klappen næsten altid går ned. Hvornår har du oplevet, at det ikke skete? "

Fra *fokus på det den studerende ikke kan*

Til *fokus på tidspunkter, hvor den studerende faktisk har kunnet gøre noget*



Eksempler på *reframing*-formuleringer

Det lyder mere som en strategi,
ikke en fejl ved dig

Må jeg tilbyde en
anden måde at
forstå det på?

Jeg hører ikke xx — jeg
hører overbelastning

Hvad ville være den
mest generøse tolkning
af dig selv?



Eksempler på omformning af deficit-tankegang

Refleksion over erfaringer

"Hvilke færdigheder eller indsigter har du opnået gennem de udfordringer, du har stået i?"

Styrker i modgang

"Kan du komme i tanker om et tidspunkt, hvor du håndterede store udfordringer?"

"Hvad gjorde du for at komme igennem, og hvad får du øje på nu, når du tænker tilbage?"

Fokus på læring og vækst

"Er der noget, du kan trække på i dag, som har hjulpet dig igennem en svær tid tidligere?"

Identitet og selvbillede

"Hvilke kvaliteter ved dig selv har hjulpet dig igennem krævende situationer?"



Anerkendelse - eksempler

Anerkendelse af indsats

"Det er virkelig imponerende at se, hvor meget arbejde du har lagt i din opgave, selvom det har været en svær periode. Det har været tydeligt for mig, at du har gjort en stor indsats."

Anerkendelse af følelser

"Jeg kan høre, du gør dig mange tanker om denne her situation, og det er forståeligt, at det kan skabe usikkerhed."

Anerkendelse af specifikke færdigheder

"Jeg har bemærket, at du har en ret god evne til at organisere dine tanker, når du præsenterer dit arbejde. Det gør det meget lettere for andre at følge med og byde ind."

Anerkendelse af fremskridt

"Jeg får lyst til at fremhæve, hvordan din tilgang til eksamen denne gang var anderledes end sidst."

Opmuntring til selvrefleksion

"Det er tydeligt, at du har reflekteret over dine erfaringer, og det er en rigtig vigtig del af læringsprocessen. Det er godt at se, at du tænker over, hvordan du kan gøre tingene anderledes næste gang."

Almengørelse

"Det er helt forståeligt, at du synes, det emne er svært.
De fleste studerende, jeg taler med har det på samme måde."



Støt studerende i at komme på banen

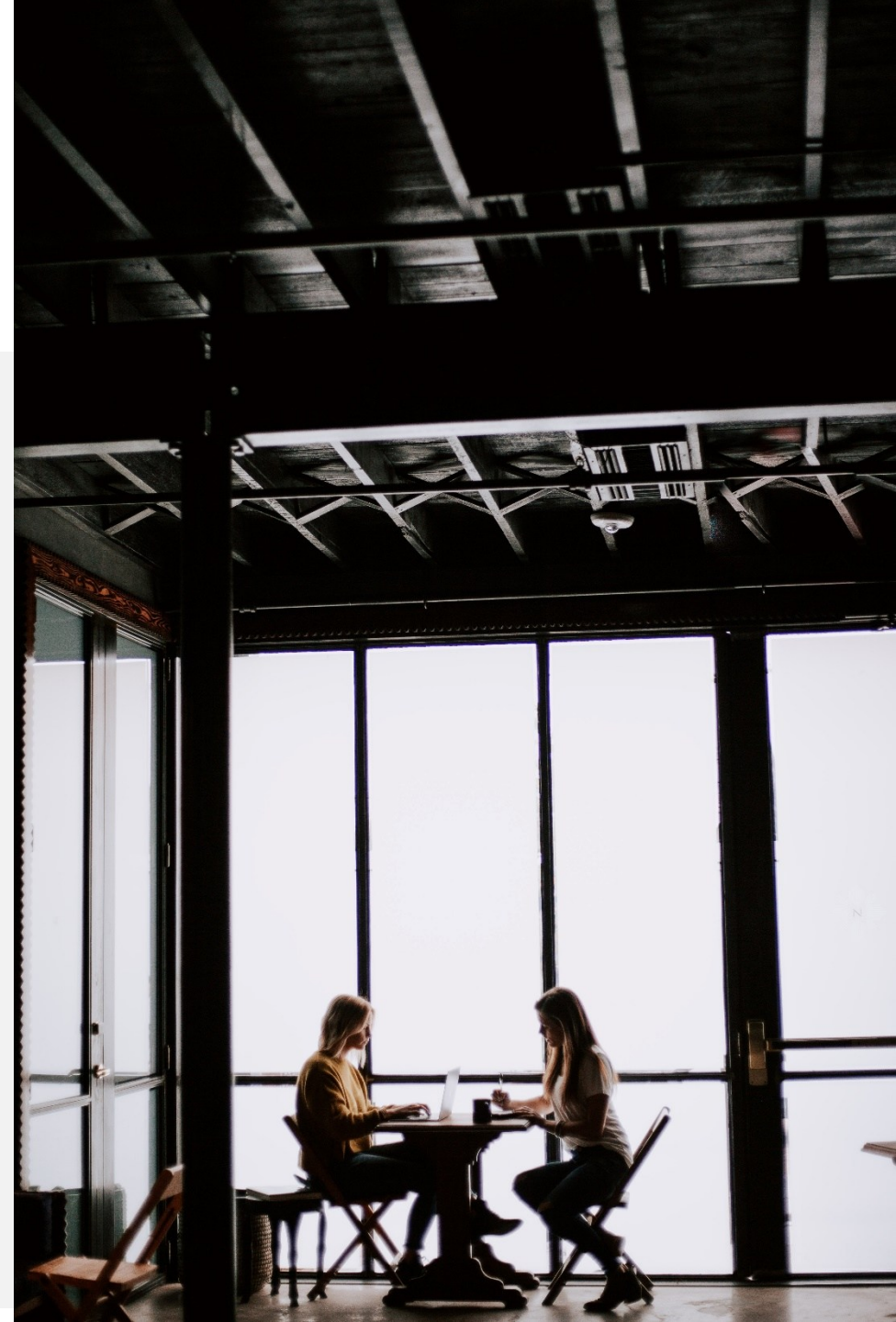
Støt studerende i at komme med 'svar' og mulige 'løsninger' på deres udfordringer

- Hvad har de af erfaringer, der har virket i andre situationer?

Jeg klarede det jo kun fordi...

Hjælp med at identificere, hvad de selv gjorde, der fungerede godt - eller få samme vilkår som sidst

Støt den studerende i at handle på planen – skriv ned, send mail mv. sammen



Tilhør og almenpsykologi



Tolkningen af modgang er afgørende

Modgang som bevis for, jeg ikke hører til



**Modgang som et vilkår, vi har tilfælles
(særligt i overgange)**



Hvordan forstår vi modgang?

*"Jeg kan ikke lykkes pga. min ADHD (intern),
det vil altid være sådan (stabil), og jeg klarer
mig aldrig godt på studiet (global)."*



Global

Intern

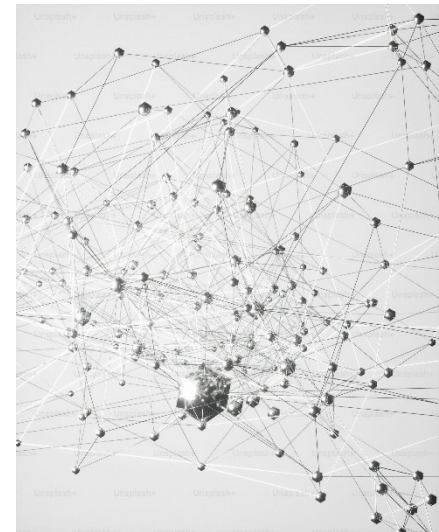
Stabil



Situation

Ekstern

Foranderlig



Spørgsmål guider studerendes forståelse af sig selv



Spørgsmål..

..kan forstærke marginalisering
(*sådan en som mig*)

..kan kontekstualisere og pege på
foranderlighed

*Både særliggørelse og almengørelse kan
gøre studerende 'forkerte'*

Afgørende at *undersøge* situationer

Eksempler på hvordan spørgsmål guider studerende i deres selvforståelse

Globale og Interne spørgsmål

*Har du altid haft
svært ved at
koncentrere dig i
skolen?*

Situationelle og Eksterne spørgsmål

*Kan du beskrive
en/flere situationer,
hvor det har været
særligt vanskeligt at
fastholde
koncentrationen?*



Eksempler på hvordan spørgsmål guider studerende i deres selvforståelse

Interne og stabile spørgsmål

Er gruppearbejde altid vanskeligt for dig?

Spørgsmål med fokus på foranderlighed

“Det lyder som om, gruppearbejdet er svært for dig lige nu/ i denne sammenhæng.

Hvad tror du kunne hjælpe dig, så det blev mindre vanskeligt?

“Er der noget, du i dag håndterer bedre end tidligere (på studiet)? Hvad fortæller det om din mulighed for også at rykke dig her?”

“Hvad kunne være et næste skridt, hvis vi tager udgangspunkt i, at du godt kan udvikle dig på det her område/at det kan blive anderledes?”



"Andre-rettede"-tendenser

Flertalsmisforståelser

Socially prescribed perfektionisme

At andre vil dømme særligt hårdt

FOPO – Fear of Other Peoples Opinions

Imposter fænomen

Finder andre ud af, at jeg ikke er dygtig nok?

Ensomhed

Ensomhed iblandt



Cullan & Hill, 2019
Gervais, 2023



Af-individualisering i det individuelle møde

"Mig i forhold til de andre"

Hvad er din oplevelse, andre elever/studerende bøvler med på uddannelsen?

Har I talt om det?

*Har du talt med nogen fra uddannelsen
(medstuderende/underviser/studievejleder) om de ting, vi taler om nu?*

Ville det ændre noget for dig, hvis andre delte deres tvivl?

Hvad tror du, de ville sige?



Af-individualisering i det individuelle møde

Situationer og rammers betydning



Hvilke eksamensformer giver dig de bedste muligheder for at præstere?

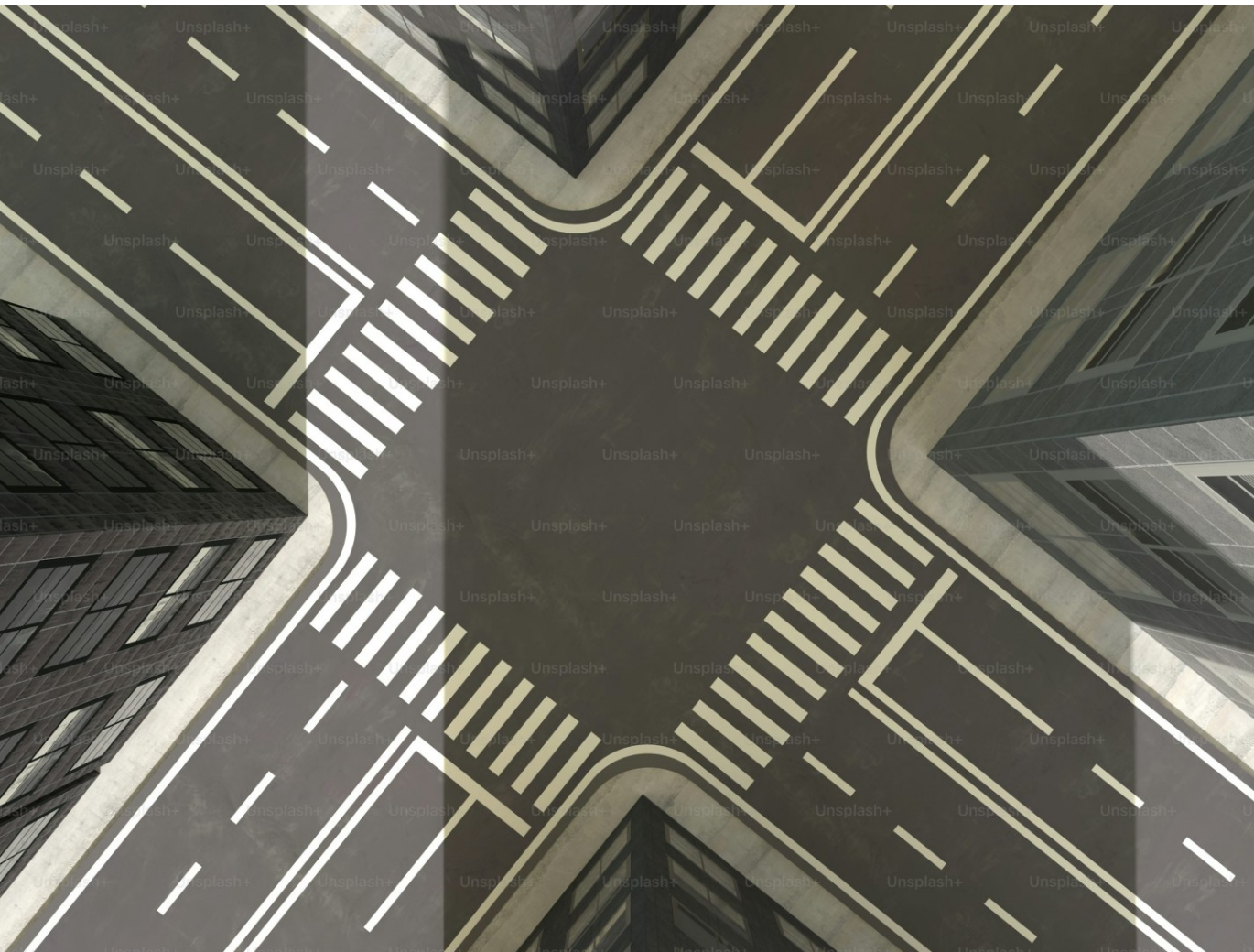
Hvilke skift på uddannelsen har fyldt mest indtil nu?

*Hvordan ser 'den gode elev/studerende' ud på din uddannelse?
Hvor realistisk er det?*

*Hvis du kunne ændre noget på din uddannelse, der ville gøre det lettere
for dig at præstere/være en del af fællesskabet/deltage i undervisningen
– hvad ville du pege på?*

Hvornår oplevede du det her sidst? -> Beskriv rammerne / situationen





Transdiagnostisk tilgang

Generelle udfordringsmønstre
hos elever og studerende med SPS



På tværs af diagnoser

Hvorfor transdiagnostisk tilgang?

Diagnoser er designet til *behandlingssystemet* – her er fokus på støtte i *uddannelsessystemet*

Frem for at skræddersy ud fra diagnose -> skræddersy ud fra **udfordringsbillede og funktionsniveau**

F.eks. igangsætningsvanskeligheder, tilbagetrækning, følelshåndtering

Diagnoser siger langt fra alt og sjældent det vigtigste om den enkelte studerendes udfordringer og potentialer i mødet med deres uddannelse

Undersøgelse af udfordringer -> Kan åbne op for mere fleksibilitet i tilgangen



Transdiagnostiske udfordringer



Kognitive udfordringer

Energiniveau
Koncentration og
opmærksomhed
Overblik og struktur



Sociale udfordringer

Sansemæssigt udmattende
Energikrævende analyser og beslutninger
Frygt for eksklusion
Negativ selvbevidsthed



Følelsesmæssige udfordringer

Manglende regulering
Udsving
Grublen
Relationer og kontakt



Udfordringer på tværs af diagnoser

Hvad kan mindske udfordringerne?



Kognitive udfordringer

Forudsigelighed, gentagelser, tydelighed, mål og delmål, pauser, fysiske rammer



Sociale udfordringer

Psykologisk tryghed, redskaber/anbefalinger til kommunikation, punktere flertalsmisforståelser, forventningsafstemning, klare rammer



Følelsesmæssige udfordringer

Anerkendelse – *soft front strong back*, forventningsafstemning, fokus på 'man', almengørelse, time-out, opnåelige delmål, ramme for feedback



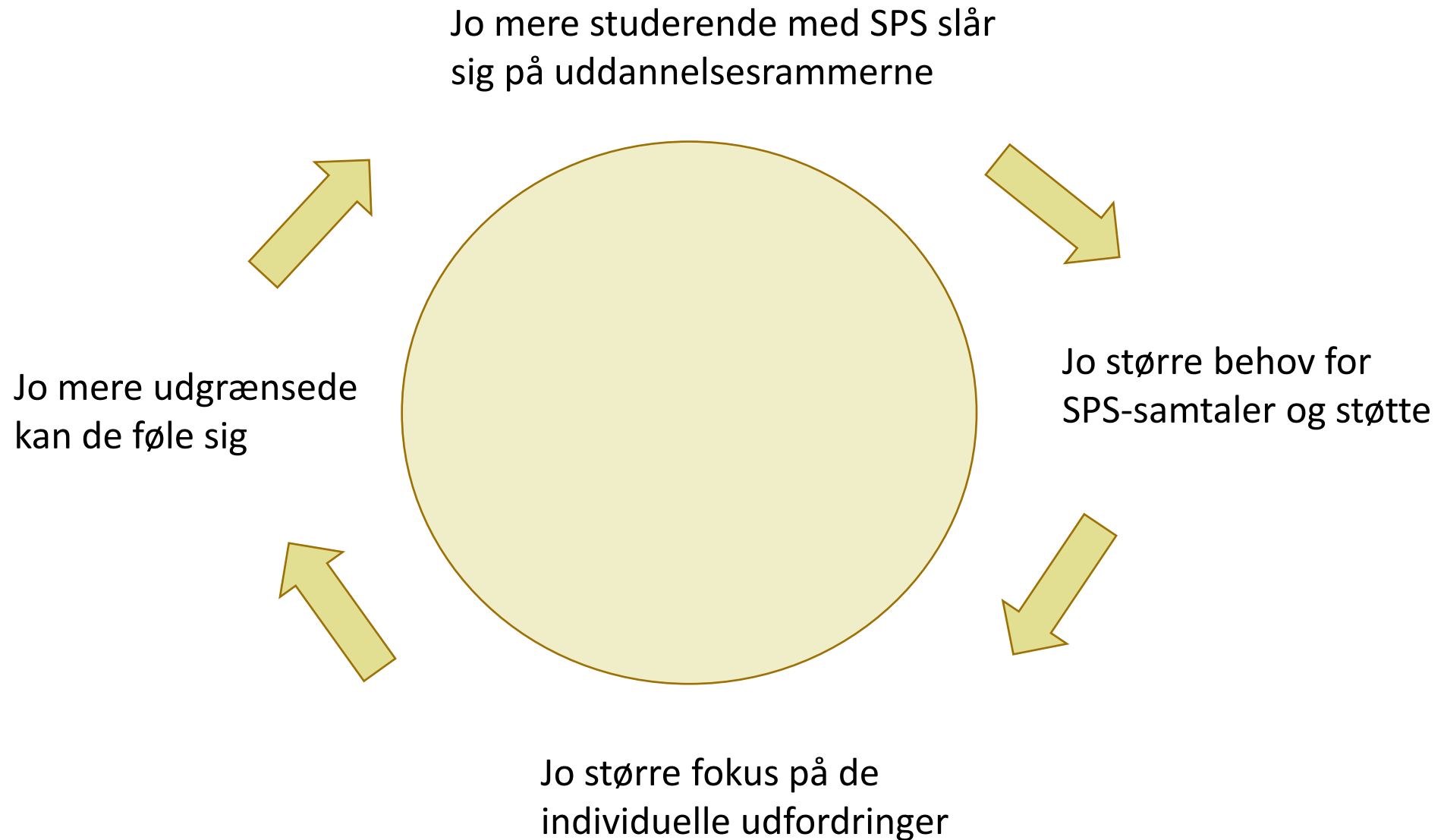
Kontekst og kultur på uddannelsen



Hvor går grænsen for individuel støtte?



Paradokset



Understøtter rammerne på uddannelsen SPS-støtten?

Hvad er de **reelle** muligheder for at finde
tilhør på uddannelsesinstitutionen?

Kontekst og kultur kan være afgørende for (omfanget af) udfordringer
og succes for (grupper af) studerende

Seed needs fertile soil



Rollespil

Christina er i gang med sit første år på uddannelsen. Hun er meget optaget af at lykkes og er mødt op til undervisning men synes, det er svært at deltage. Hun får ikke altid forberedt sig, fordi hun ikke kan overskue det og har dårlig samvittighed over det. Hun fortæller, at hun er anderledes end de andre, og at de lettere kan tage sig sammen og finde på noget klogt at sige – også når de ikke har forberedt sig. Christina føler sig mere og mere usikker og er meget ked af det i jeres samtaler. Hun føler sig alene på uddannelsen og er begyndt at trække sig mere. I den kommende tid starter et gruppeprojekt op. Hun ved ikke hvad hun skal sige til gruppen og er sikker på, det bliver belastende for de andre at have hende med.



Med oplægget in mente:

Hvordan kunne man hjælpe Christina til en mere nuanceret forståelse af sig selv med mindre fokus på, hvad der er galt med hende?



Hvad ville I spørge hende om?





Hvilke spørgsmål ville være hjælpssomme at stille Christina?

Gruppearbejde

Jeres eksempler på spørgsmål

Kan du komme med et eksempel hvor du kan koncentrere dig ?

Har det forbindelse til at være forberedt?

Hvordan tror du, at de andre vil beskrive dig?

Hvornår har du tidligere lykkedes med gruppearbejde?

Hvorfor tror du, at de andre vil synes, at du er belastende at have med?

Hvordan føles det at være sikker, at høre til etc.? (Alt det du længtes efter)

Hvordan ved du, at de andre har forberedt sig?

Når du har forberedt dig, hvad gør det så ved din deltagelse i undervisningssituationen?



Gruppearbejde

Jeres eksempler på spørgsmål

Hvad kan du bidrage med i gruppen, hvad er du god til?

Fortæl om hvorfor du har valgt denne uddannelse - afsøg håb!

Hvad laver du i din fritid? (- siden du ikke har tid til forberedelse)

Kan man forberede sig på forskellige måder? Hvordan?

Forestil dig at du har foreslået noget, og alle smiler og nikker - hvad har du sagt?

Hvad betyder det for dig “at lykkes”?

Hvad vil det sige for dig at lykkedes? I din uddannelse

Hvad har motiveret dig til denne uddannelse?



Gruppearbejde

Jeres eksempler på spørgsmål

Kan du fortælle om et gruppearbejde, som du deltog i, som du oplevede fungerede godt?

Hvordan får du en oplevelse af at de andre gør det bedre end dig?

Hvordan ved du at de andre har forberedt sig?

Hvad skal der til for at du synes gruppearbejdet fungerer godt?

Hvor meget skal der til for at du føler dig forberedt?

Hvordan ved du, at de andre ikke har det svært ?

Har du andre fællesskabet der fungerer for dig?

Har du andre situationer hvor de nemmere kan indgå i fællesskaber?

Hvordan vil et godt gruppearbejde se ud for dig? Sammensætning?



Referencer

Bauer, C. A., & Walton, G. (2024). **Identity-reframing interventions: How to effectively highlight individuals' background-specific strengths**, in: *Social and Personality Psychology Compass*, e12830. <https://doi.org/10.1111/spc3.12830>

Curran, T. & Hill, A. P. (2019) **Perfectionism Is Increasing over Time: A Meta-Analysis of Birth Cohort Differences From 1989 to 2016**, in: *Psychological Bulletin*, Vol. 145, No. 4, 410–429, <http://dx.doi.org/10.1037/bul0000138>

Miller, D. T., & McFarland, C. (1991). **When social comparison goes awry: The case of pluralistic ignorance**. In J. Suls & T. A. Wills (Eds.), *Social comparison: Contemporary theory and research* (pp. 287–313). Lawrence Erlbaum Associates.

Ulriksen, L. (2009) **Den implicitte studerende**, i: *Dansk Pædagogisk Tidsskrift*, nr 3.

Walton, G. M. & Cohen, G. L. A (2011) **A Brief Social-Belonging Intervention Improves Academic and Health Outcomes of Minority Students**, In: *Science*, 331 (6023), 1447-1451. <https://doi.org/10.1126/science.1198364>

Weiner, B. (1985) **An attributional theory of achievement motivation and emotion**, In: *Psychological Review*, 92(4), 548–573. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.92.4.548>

Yeager, D. (2025) **The Science of Motivating Young People. 10 to 25**, Penguin Cornerstone

Yeager, D. S. & Walton, G. M. (2011) **Social-Psychological Interventions in Education: They're Not Magic**, In: *REVIEW OF EDUCATIONAL RESEARCH* 81: 267



Kontakt

Marie Linde Husby

Programleder & Psykolog,
Nationalt Videnscenter for
Inkluderende Læringsmiljøer

Mail: mlh@srg.dk

Tlf.: 21 89 69 49





Tak for i dag!

 Studenterrådgivningen