

OPFØLGNING

OPLÆG: Opsamling på forløbet

Anbefalet

Formål

At deltagerne kan se den røde tråd henover det forløb, de har været igennem.

Om oplægget

Oplægget skal rumme en opsamling af alle modulernes indhold med fokus på den læring, deltagerne har opnået gennem de forskellige øvelser. Oplægget skal understøtte deltageres oplevelse af en rød tråd gennem modulerne og bør som minimum indeholde følgende:

- et kort resume af det tematiske indhold på modul 1-4 eller Fast Track med fokus på mestring af kronisk sygdom med udgangspunkt i udvalgte øvelser, cases og materialer produceret i forbindelse med undervisningen
- et resume af det tematiske indholdet på modul 5-8 med fokus på mestring af livet med diabetes med udgangspunkt i udvalgte øvelser, cases og materialer produceret i forbindelse med undervisningen
- Deltageres input til de respektive moduler, herunder hjemmeøvelser, tjek ind- og tjek ud-opsamlingerne med mere.

På baggrund af oplægget skal deltagerne bruge fem minutter på at reflektere over, hvilke to-tre elementer, der har gjort særligt indtryk på dem. Det kan være, at de har fået meget ud af en bestemt øvelse, har fået bedre forståelse for, hvad diabetes betyder for deres mentale helbred, eller fået øjnene op for, hvilken indflydelse deres netværk og omgivelser har på deres mestring af livet med diabetes. Derefter deles deres refleksioner med sidemanden.

Dernæst gives deltagerne mulighed for at pege på områder, som de godt kunne tænke sig at få repeteret. Er der siden sidst opstået undring eller erfaringer, som kalder på, at bestemte emner tages op igen? Det kan være spørgsmål til diabetes som sygdom, diabetes og mad, diabetes og fysisk aktivitet og så videre.

Forslagene skrives på whiteboard eller flipover. Hvis der er mange, skal der i fællesskab prioriteres, hvad der bruges tid på. Herefter repeterer underviseren de emner, som der er enighed om.

Forberedelse

Udarbejd oplæg.

Find flipovers, billeder eller relevante materialer frem, som gøres klar i undervisningslokalet.





MATERIALER



- Underviserens fotos og flipovers fra alle moduler.
- Whiteboard eller flipover.



- Powerpoint-skabelon downloades fra **www.levlivet.online**

TIPS TIL UNDERVISEREN

- Underviseren kan med fordel nævne nogle af de indtryk, vedkommende selv har fået under forløbet:
 - aha-oplevelser
 - rørende øjeblikke
 - negative udtryk der blev til positive aftryk.
- Det kan være en fordel under hele forløbet at samle materialer sammen til denne opsamling.
- Det udarbejdede materiale kan hænges op, så deltagerne kan tage fotos og fastholde motivation og gejst.