**"Mitt valg"**

****

**Hva er MITT VALG?**

Det er et program for utvikling av et godt læringsmiljø og læring av sosial og emosjonell kompetanse. Det skal brukes både på barne- og ungdomstrinnet på Ve skole. MITT VALG skal gi elevene et styrket grunnlag for å ta gode valg. Hensikten er å forebygge problematferd som sinne, mobbing og bruk av rusmidler. Dette er med på å skape et godt og trygt klassemiljø, som også er forutsetningen for god faglig læring.

Det er viktig å satse så tidlig som mulig på forebyggende arbeid. Hvis vi tidsnok kan bygge gode holdninger hos barn og unge, kan mange store problemer unngås, både for de unge selv og for alle som står rundt. Identitetsutvikling, sosial tilhørighet og mestringsevne er viktige elementer i dette arbeidet.

MITT VALG er av Utdanningsdirektoratet plassert i den gruppen programmer som kan vise ”dokumenterte resultater”. Se anbefalingen [her](http://www.udir.no/Laringsmiljo/Laringsmiljo/Programmer-for-forebygging-av-problematferd/).

Programmet eies av stiftelsen ”Det er mitt valg”, som er en del av Lions Norge. Stiftelsen er ansvarlig for utvikling, skolering og evaluering av programmet. Selve programmet er basert på Lions Quest, opprinnelig utviklet av det pedagogiske instituttet Quest International i USA. I dag er dette opplegget i bruk over store deler av verden.

**Utfordringene**

Presset på unge mennesker er stort i vårt samfunn. Det er fokus på prestasjoner, konkurranse og vellykkethet. I noen miljøer stilles det store krav til å gjøre de ”riktige” tingene. Og de nye sosiale mediene gjør det mulig å spre meninger og rykter i stort omfang.

For noen får dette brutale konsekvenser. Mobbing rammer et stort antall unge.

Barn og unge lever sitt eget liv. Vi kan gjøre en innsats for å gi dem god selvfølelse og gode holdninger som hjelper dem å gjøre det riktige valget i det avgjørende øyeblikket.

MITT VALG trener barn og unge i

* Å ta ansvar og sette grenser
* Å kommunisere godt
* Å bygge selvfølelse
* Å ta beslutninger
* Å sette seg mål

**Moderne og fleksibelt**

MITT VALG er teori- og forskningsbasert, med elementer som sosiale, emosjonelle, kognitive og atferdsmessige ferdigheter. Fokus er på hele læringsmiljøet, der dilemmaer rundt valgsituasjoner og gruppepress blir tatt opp.

Programmet er utformet slik at det både kan brukes alene og suppleres med andre programmer dersom det er behov for å arbeide med spesielle problemstillinger.

Skolen er en arena for både sosial og faglig læring. Det er viktig at barn og unge mestrer disse arenaene. Forebyggende arbeid når det gjelder mobbing, helse og destruktiv atferd må integreres i den daglige virksomheten.

**Målene for MITT VALG**er

* Å gi skolen et konkret, metodisk verktøy i det forebyggende arbeidet mot bruk av rusmidler, mobbing, vold osv.
* Å hjelpe barn og unge til personlig vekst og utvikling.
* Å hjelpe barn og unge til å utvikle en positiv sosial atferd med vekt på samhandling og utvikling av sosiale og emosjonelle ferdigheter.
* Å støtte foreldrene i det generelt forebyggende arbeidet.

**Slik samarbeider Lions Norge og skolen**

* Personalet på skoler tilbys skolering av sertifiserte MITT VALG-instruktører før de tar opplegget i bruk for barn og unge.
* Kurs og materiell i forbindelse med disse kursene er gratis for skolen.
* Den lokale Lions-klubben er en samarbeidspartnere når det gjelder planlegging og gjennomføring av kurs for skolen.
* Etter en periode arrangeres oppfølgingskurs for det pedagogiske personalet med tanke på veiledning og erfaringsdeling. Programmet er tilpasset Kunnskapsløftet i skolen og gjeldende rammeplan for barnehagen.

<http://www.determittvalg.no/>