

# Bra psykososialt læringsmiljø

Vi studenttillitsvalgte på NV har fått hjelp fra de tillitsvalgte på SU til å skrive en enkel oversikt over tiltak som bedrer det psykososiale læringsmiljøet og miljøet generelt for studenter, spesielt mhp. dagens situasjon. Dokumentet er delt inn i tre deler: digital undervisning, heldigitale tiltak og helfysiske tiltak, hvor del 1 nok er relevant for alle undervisere på NV

1. Beskriver tiltak for å engasjere utbedret læringsmiljø i undervisning.
2. Beskriver i større grad tiltak for studentgrupper utenfor undervisning.
3. Beskriver sosiale aktiviteter som kan utføres fysisk med milde smittevernstiltak.

## 1. Digital undervisning

### Breakout Rooms – faste grupper / tilfeldige grupper

Hvis man skal jobbe sammen gruppevis i forelesnings- eller seminarsammenheng, burde man ha faste grupper, så det blir tryggere å jobbe sammen med oppgaver og lignende.

Man kan også velge å bruke tilfeldige gruppesammensetninger, hvis poenget er at man skal bli kjent med mange i løpet av undervisningen. Eksempelvis, tidlig i semesteret, under fagkvelder eller lignende.

### Delt individarbeid

Selv oppgaver som er tiltenkt individarbeid burde fordeles på små grupper, slik at man måtte arbeide med andre studenter om å levere oppgavene. Her er det nok en fordel at foreleser deler inn i grupper på forhånd eller bruker tilfeldig inndeling.

### Kamerabruk

Å ha på kamera slik at man synes under forelesning er et av de største bidragene til bedre digitalt læringsmiljø, både for foreleser og studenter. Det finner ulike metoder som øker bruk av kamera, enkelte er beskrevet senere i dette dokumentet. Hvis foreleser ikke ha på kamera, er sjansen liten for at studenter har det på.

### Hilserunde

I starten av forelesning, send studenter ut i grupper på 3-4, og be alle ha en liten hilserunde (maks 5-7 minutt). Finn for eksempel et felles spørsmål de kan "svare" på i hilserunden.

### Premiering eller andre insentiver

Overrekke en liten gave til en av de som har hatt på kamera, når undervisningen er over eller etter en avtalt periode.

### Pauser

Prioritérlange pauser. Anta at studenter har behov for å koble av imellom skjermtittingen. Planlegg undervisningen godt i forkant, slik at pausene ikke utgår pga. tidsbruk i undervisningen. Man kan for eksempel sette på alarm på mobilen eller stoppeklokke på skjermen dersom det er vanskelig å huske.

## Pausepraten

Lage digitale Breakout rooms på 4-8 personer i pauser, så de som vil kan være sosiale i pausene. Her er Wonder.me en god nettside å bruke, hvor ansatte kan lage et digitalt undervisningsrom, og de som ønsker kan logge inn med lenke. Veldig intuitivt, og gir muligheter for at man kan snakke med de man vil, 2 og 2 eller i større grupper.

## Kollokviégrupper

Ekstra fokus på kollokviégrupper. Sett sammen i starten av emnet, og gi oppgaver underveis i semesteret relevant for emnet. Foreslår at konkrete tiltak her kan være å ansette en digital læringsassistent, som har ansvar for å sette sammen kollokviégruppene, og som fasiliterer for at alle har en gruppe å være i.

Man kan også åpne for at studenter kan organisere egne kollokviégrupper, men sjansen er liten for at dette er noe de tar initiativ til på egen hånd.

## Forutsigbarhet

Mange sitter hjemme med dårlig internettforbindelser, og går ofte glipp av de forelesningene som kun går live. Man burde legge ut opptak av disse, slik at «hjemmekontorsituasjonen» ikke påvirker læringsutbytte fra det som må gå digitalt. Alltid legg ut PPer og lignende i forkant av undervisningen, så studenter kan forberede seg.

## Ryddighet

Legg alltid ut informasjon om / linker til forelesninger ut på et dedikert sted, ikke bare i "kunngjøringer". Etterstrebe digital ryddighet i mapper du er ansvarlig for.

## Standardisert streaming-verktøy

Bedre opplæring av ansatte, læringsassistenter og studenter i de ulike verktøyene vi er nødt til å beherske hjemmefra. Så mye som det lar seg gjøre.

Det er også tatt i betraktning at noen streaming programmer egner seg bedre enn andre i enkelte fag eller situasjoner. Her må faglærer være flink på å kommunisere på hvorfor man gjør det slik man gjør (hvorfor bruke zoom framfor collaborate etc.)

## Vennespleising

For store kull, arrangerer vennesplesing, lik det Studentersamfundet gjorde. Lag et ark med spørsmål / forslag til aktiviteter, og del opp i to-og-to basert ut ifra hvem som signerer seg opp. (Mest effektivt for nye studenter eller fag/ program med stor utskiftning av studenter). Her har NV et godt alternativ gjennom NV-quizen, som setter studenter i kontakt med hverandre dersom de ikke har et lag fra før.

## Hybridforelesning

Når man kan begynne med undervisning, burde man legge til rette for studenter som ikke er komfortabel med å møte opp kan delta digitalt. Det er mange grunner til at noen ikke kan møte opp fysisk, det kan være fordi de er i risikogruppe selv, ikke føler seg trygg på kollektivtransport og lignende, har en jobb ved siden av studie hvor man må være ekstra påpasselig med smitte (sykehjem/sykehus) eller andre grunner til at man ønsker å delta digitalt. Her burde NTNU ikke legge

press om å møte opp, men heller være fleksibel for at man kan oppnå læringsmålene uten å være fysisk til stede.

Med hybrid løsning gjelder det også med opptak av forelesning, slik at det er forutsigbart at studenten får med seg forelesningen.

### Bingo!

Ha bingo i undervisningen. Lag bingo 5x5 med f.eks. fagbegrep/u-lyder(eh, øh, hmm), og legg premisser for hvor mange «rekker» som gir bingo.

## 2. Heldigitale sosiale tiltak

### Digitale rom hangouts

Dele opp i grupper, og lage adjektivhistorie sammen, gjettelek/tegnegjettelek, gåter, historiefortelling.

### Skattejakt

Lage en liste over gjenstander, noen mindre vanlige enn andre. Alle viser frem hva de har og får poeng for hver gjenstand på listen de kan vise frem.

### Spillekveld

Lag en digital spillekveld! Backyard.co er en nettside hvor man kan spille spill sammen, eventuelt andre nettsted som gir like muligheter. Eventuelt, hvis «alle» har f.eks. yatzi, sjakk, backgammon eller andre spill hvor man teknisk sett kan spille gjennom på hver sin side, i et breakoutroom. Også, andre typer varianter av quiz. Kahoot fungerer ikke veldig bra, hvis man ikke er samlet, da poengene baserer seg på reaksjonstid. Heller dele opp i grupper, og sende ut spørsmål til diskusjon? Discord trekkes frem som en god plattform å bruke. Hvis man skal bruke zoom, må man bruke den versjonen som er tilgjengelig via NTNU.

### Sosialkvelder

Også strikkekvelder, filmkvelder og kaffebesøk kan gjøres digitale.

### Speedfriending og Speeddating

Ha en kveld, hvor man deler deltakere i parvis i breakout rooms, med ett eller flere spørsmål for å få i gang praten. Øk tiden gradvis i løpet av kvelden, start med kanskje 2-3 minutt og korte spørsmål, og øk tid og type spørsmål. Ulike personer i hvert «møte», så man har mulighet til å bli kjent med mange, på en kveld.

### Tema

Ha utkleddningstema, med enkle prinsippl, og premier til den beste, eller topp 3 hvis man er mange. Ha digitalt ball/galla, middag eller lignende, gjerne med SpeedFriending/quizvarianter/taler ect. Allsang, hvis man tør! Send ut tekst på mail, og la det stå til (blir aldri fint, men alltid morsomt). Her er det bare å bruke linjeforeningene.

### Eget ChatteEvent

Lag en heldigital kveld, hvor man ikke trenger å bruke mikrofon og kamera, for eksempel via gathertown-programmet. SpeedFriending, spillkveld eller lignende, med ekstra lav terskel for å delta øker sjansen for at flere tør å være med

### Digitale workshops og fagkvelder

Her kan også fagkvelder med diskusjon være en variant. Et godt arrangement med struktur, kan være veldig effektivt digitalt, med muligheter for å legge inn noe sosialt. Kanskje kompensere 100kr på foodora for å kjøpe seg pausemat til deltakerne.

### Strava-konkurranse

Arranger en egen strava-konkurranse, hvor mest kreative «tegning» vinner. Kan gå over flere dager/uker. Du skrur på appen, og går på tur, så «tegner» den opp ruta di.

### Sosiale medier-konkurranse

Legge ut konkurranser på sosiale medier, for å gi studenter aktiviteter å gjøre hjemme. Enkel premiering for de beste bidragene. Eksempelvis, at man må poste noe i stories, og tagge evt. Linjeforeningen. Ta det beste turbildet, lag det beste bakeverket, beste tegning/maleri/bilde, beste «hjemmekontoret mitt»-bilde?

## 3. Smittevernsvennlige fysiske aktiviteter.

### Fysiske, gjennomførbare aktiviteter

Fysisk stolpejakt, lokalorientering (kanskje med gåter, hvor man må finne frem) eller lignende i Trondheimsområdet. Kanskje en byvandring med lydfiler, som man kan spille av når man har kommet frem til ulike plasser.

Her kan man også arrangere øl- og vinsmakinger, bakekvelder, eller lignende, som baserer seg på at alle deltakere har fått liste i forkant, til å forberede seg.

### Utedag

Arranger utedag, med ski/skøyter/aking. Man kan stille med engangsgriller eller båluligheter, og eventuell mat hvis det kan gjøres smittesikkert. Premiering i de ulike aktivitetene/konkurransene?

### Trening

Legg til rette for at man kan trene ute, sammen. Sirkeltrening? Egenvekttrening? Balleker?

### Kino

Legg til rette for at studenter kan dra sammen, på kino. Legg ut filmprogrammet for en kveld, og trekk 1 eller fler vinnere som deltar, som får en gratis kinobillett.

### Gå/ Skitur, med eller uten fagkveldpreg

Arranger felles skitur, hvor man møtes digitalt på kvelden til galla, middag eller lignende. Her kan man også invitere med ansatte, for å kunne diskutere fag på turen.

### Badetur

Arranger badeturer, Trondheim har mange muligheter, også på vinterstid for de tøffeste. Gjerne tenn bål som en del av turen.

### Webinar/ Fagkveld / Studentforelesninger

Legg til rette, så man kan møtes i kollokviegrupper, og arrangerer en fagkveld digitalt, eller i forelesningssaler hvor man kan møtes med god avstand (basert på hva nasjonale og lokale bestemmelser tillater)

### Støtteordning

Egne støtteordninger, hvor linjeforeninger og læringsassistenter med fokus på det psykososiale, kan søke om midler for å gjennomføre aktiviteter.

Legg til rette, så det er enkelt å dele erfaringer og ideer imellom linjeforeningene/studenttillitsvalgte/læringsassistenter.

### Fysisk/ Digital quiz

Man legger til rette for at studenter kan treffes i kohortene sine (læringsgrupper/kollokviegrupper), og koble seg på en digital quiz.