

MOT-undersøkelsen 2022 - Voss gymnas



Del 1: Opplevelsen av MOT

MOT-undersøkelsen 2022 - Voss gymnas



Opplevelsen av MOT

De siste årene har vi gjennomført MOT-undersøkelsen på både ungdomsskoler og videregående skoler som samarbeider med MOT. Undersøkelsen er laget for å få informasjon om hvordan elever som har hatt MOT i tre år på skolen har opplevd MOT-arbeidet ved skolen. Alle skoler som har svart på undersøkelsen får en egen rapport basert på sine tall.

De følgende sidene inneholder både gjennomsnitt og frekvensfordeling for hele landet og for din skole slik at du kan sammenligne. Den inneholder også alle kommentarene som elevene har gitt på i de åpne kommentarfeltene.

Hvis du har spørsmål eller kommentarer, vennligst ta kontakt med Bjørg-Elin Moen (bjorgelin@mot.no /telefon: 92 03 74 85).

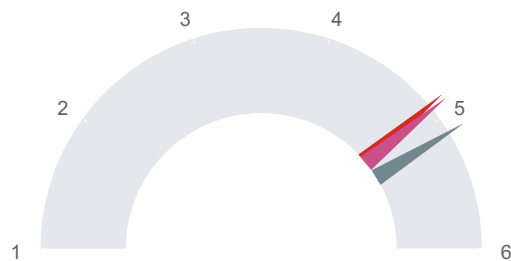
Bjørg-Elin Moen, PhD

MOT

Trondheim, august 2022

Sammenlignet med landsgjennomsnittet

Under ser du landsgjennomsnittet på de fem spørsmålene om opplevelsen av MOT (skala fra 1-6) og gjennomsnittet for din skole.



Observasjoner

2022 - Total

923

● Gjennomsnitt

4.88

2022

152

● Gjennomsnitt

5.12

2021

90

● Gjennomsnitt

4.91

2020

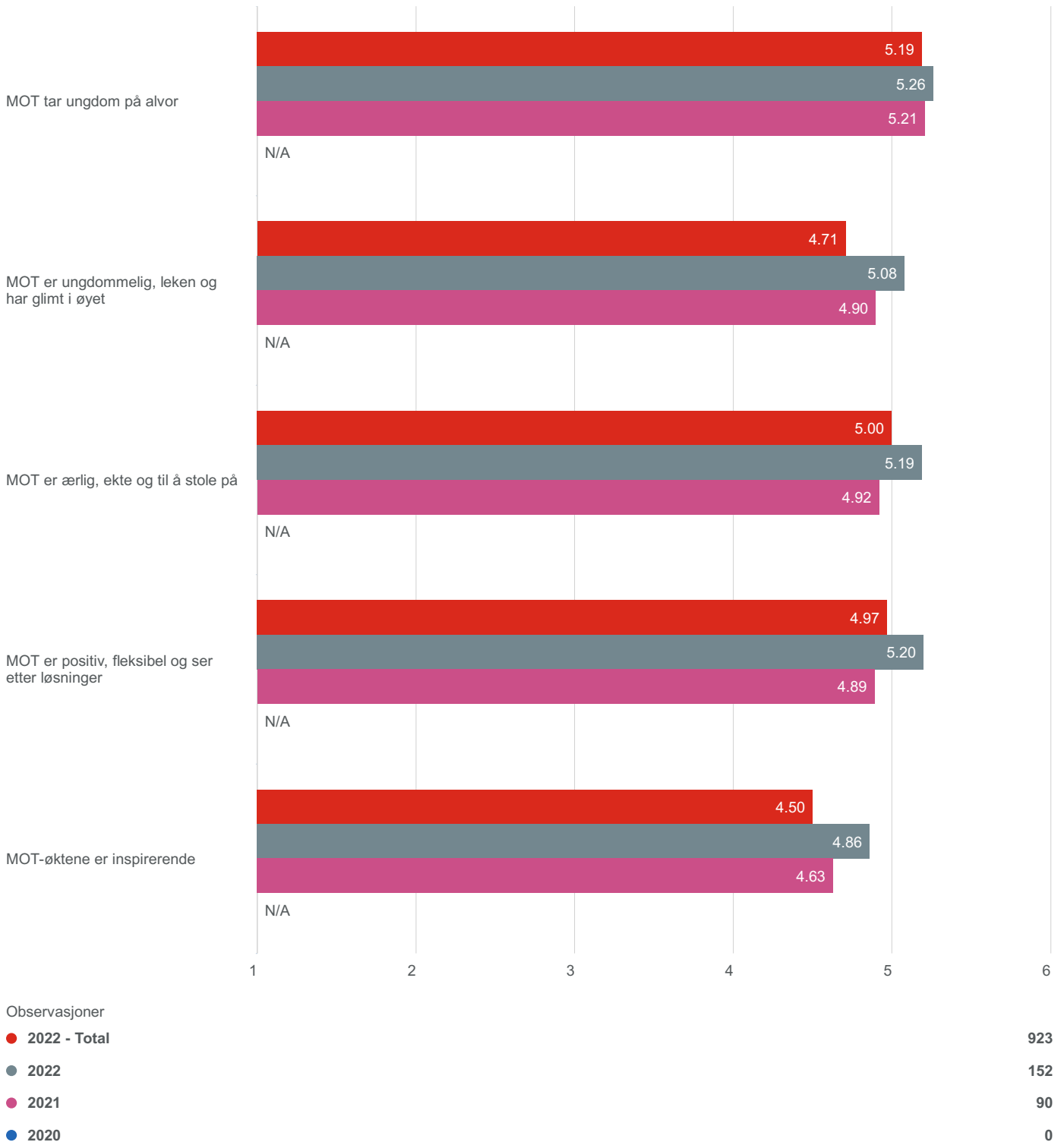
0

● Gjennomsnitt

N/A

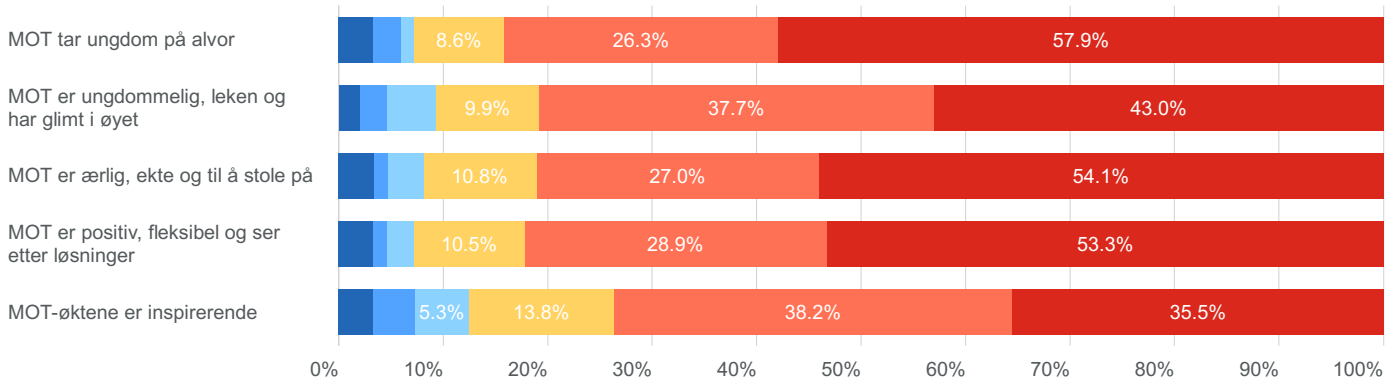
Opplevelsen av MOT

For å lykkes med å påvirke ungdom positivt er det viktig å nå inn til dem. Selv om en har et godt budskap, vil ikke dette ha en effekt hvis en ikke lykkes i å nå inn til målgruppen. Derfor er en positiv holdning til MOT viktig for at elevene skal ta inn til seg verdiene MOT formidler. For å få tilbakemelding fra elevene på hvordan de opplever MOT gjennomføres en kort undersøkelse hver vår. Elevene blir bedt om å ta stilling til en del utsagn om hvordan de har opplevd hvordan det har vært å delta på MOT-besøk. De krysser av på en skala som går fra helt uenig til helt enig (skala fra 1 til 6, der 1 er helt uenig og 6 er helt enig). Grafene under viser hvordan elevene på din skole har svart sammenlignet med landsgjennomsnittet.



Opplevelsen av MOT

Under finner du frekvensfordelingen på hvordan elevene på din skole har svart på de fem spørsmålene rundt opplevelse av MOT.



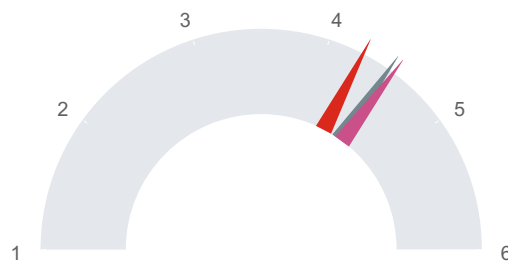
Observasjoner

2022 **152**

- 1. Helt uenig
- 2. Ganske uenig
- 3. Litt uenig
- 4. Litt enig
- 5. Ganske enig
- 6. Helt enig

Betydningen av MOT

Figuren nedenfor viser gjennomsnittet for alle spørsmålene relatert til betydningen av MOT for hele landet og for skolen din.



Observasjoner

2022 - Total **924**

● Gjennomsnitt 4.26

2022 **152**

● Gjennomsnitt 4.48

2021 **87**

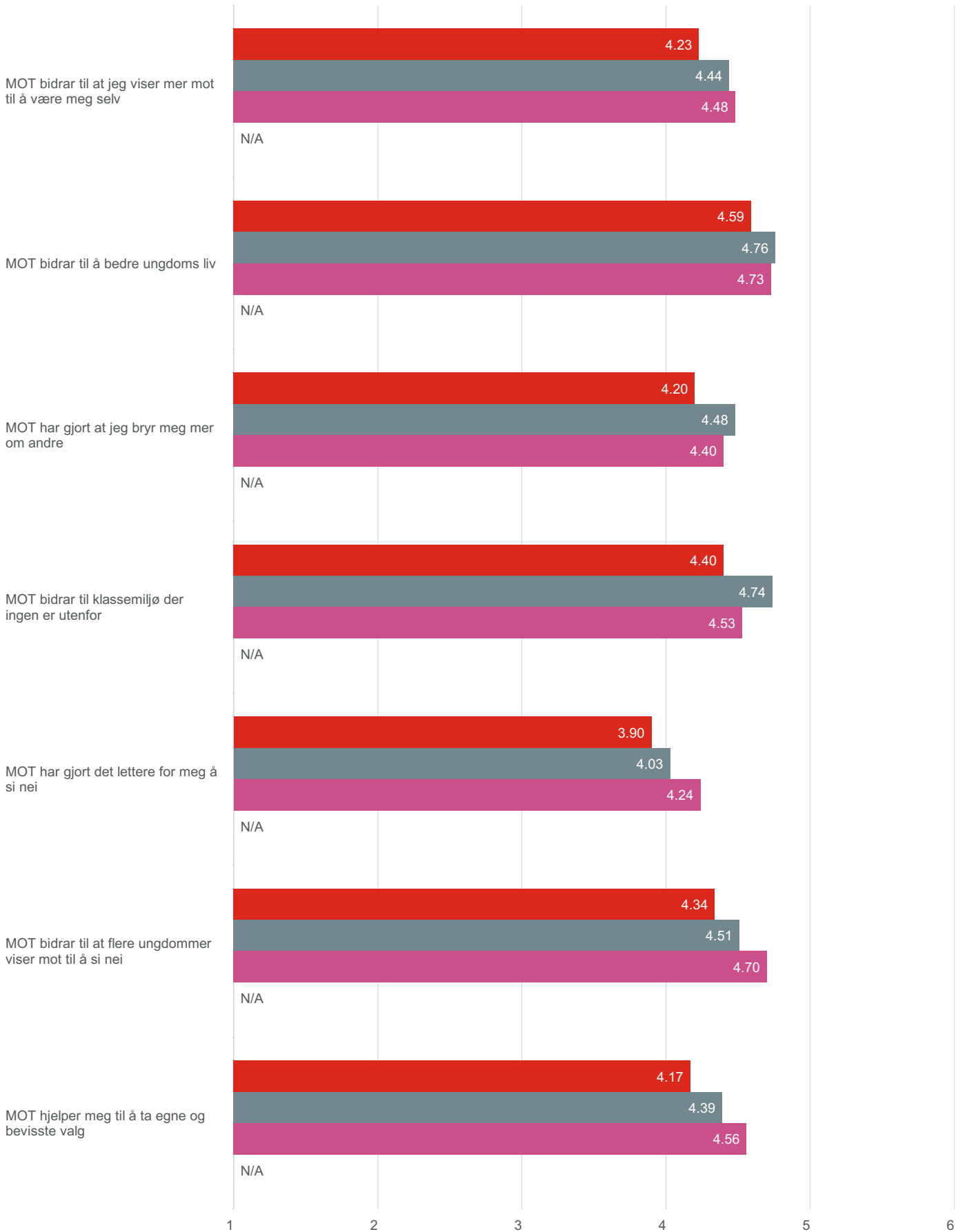
● Gjennomsnitt 4.52

2020 **0**

● Gjennomsnitt N/A

Betydningen av MOT

Figuren under viser landsgjennomsnittet for 7 spørsmål relatert til betydningen av MOT og gjennomsnittet på de samme spørsmålene for din skole.



Observasjoner

● 2022 - Total

● 2022

● 2021

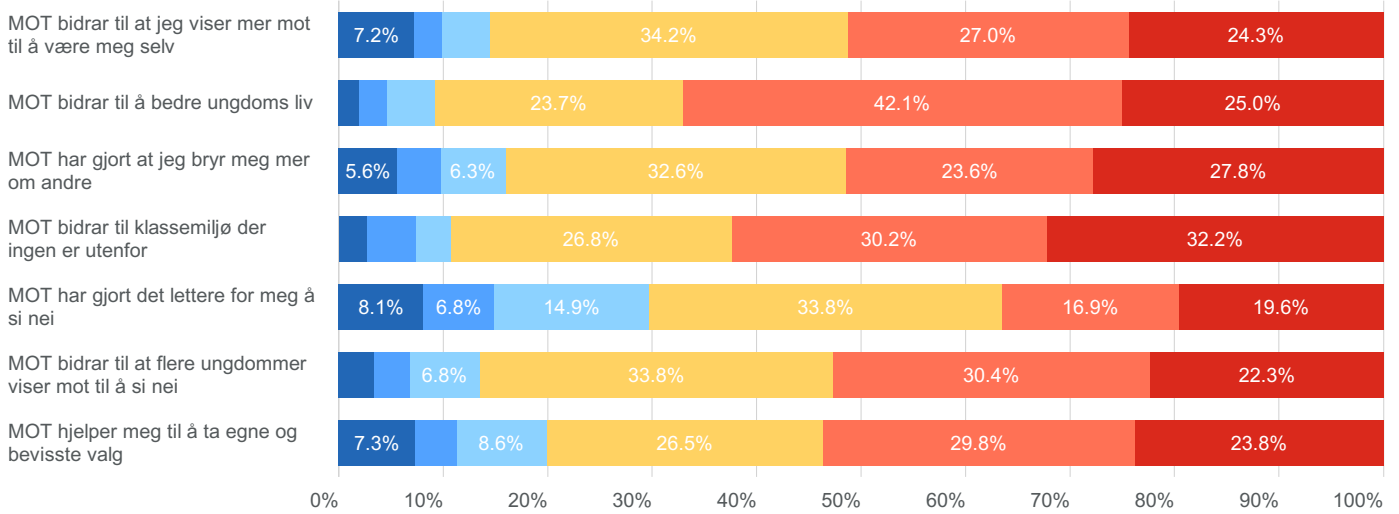
924

152

87

Betydningen av MOT - resultat fra din skole

Under viser grafer frekvensfordelingen for 7 spørsmål om hvordan elevene vurderer betydningen av MOT. De to første spørsmålene er knyttet til "mot til å leve", de to neste til "mot til å bry seg" og deretter følger to spørsmål relatert til "mot til å si nei". Elevene blir bedt om å ta stilling til både om dette har hatt betydning for dem selv og om de tror det har gjort noe for andre elever og for klassemiljøet.



Observasjoner

2022

152

- 1. Helt uenig
- 2. Ganske uenig
- 3. Litt uenig
- 4. Litt enig
- 5. Ganske enig
- 6. Helt enig

Tilbakemeldinger fra ungdom

MOT-undersøkelsen 2022 - Voss gymnas



Tilbakemeldinger fra ungdom

Vi vil gjerne høre din mening om MOT: hva du mener har fungert bra og hvorfor?

2022

125

Åpne svar

Observasjoner

Totalt

125

Hvordan kan MOT bli bedre?

2022

101

Åpne svar

Observasjoner

Totalt

101

Fritekstbesvarelser

MOT-undersøkelsen 2022 - Voss gymnas



Vi vil gjerne høre din mening om MOT: hva du mener har fungert bra og hvorfor?

2022

1. Utdeling av mat før skulen fordi folk får i seg mat
2. Det har fungert bra med tanke på at mot tar opp ting som veldig mange ungdommar tenker på men ikkje alltid snakker om høgt. Og det er godt å ta opp slike ting når me kan snakke om det i ei gruppe som mot
3. eg synst det har vert kjekke timar, då blir det litt variasjon isteden for å berre sitte i ro heile dagen
4. Det har fungert bra fordi det er ein augeåpner og hjelper ungdom til å tenke på egen helse.
5. Bra øvelser som får oss til å lettare ta valg.
6. Absolutt alt! Får ein «aha» opplevelse under kvar økt! gjer at me ser situasjoner litt annerledes. Utrulig bra opplegg
7. Vet ikke helt
8. eg syns mot har fungert bra fordi du tenker meir over kordan du er mot medmenneske og fører til eit bedre fellesskap
9. Alle øvelsene og leikande og samtalanene me har hatt i mot har fungert veldig bra og har bidratt til å få folk til å reflektere over seg sjølv og over korleis ein kan vise meir mot
10. Det har hkulpet til å binde folk saman kollektivt, og på eit personleg nivå hjelper det å reflektere over viktige emner.
11. Felleskapet i klasse har blitt bedre fordi me alle deltar i aktivitetar
12. MOT har gåve klassen ein felles ståstad for kva verdiar me ynskjer å stå for, og har dermed gjort deg lettare å gjere det ein meiner er rett og stå får vala ein tek.
13. Det har fungert bra med måten timane er lagt opp på, bra at det er variert.
14. At det er i norsktimene og at me driver med forskjellig leker/oppgaver
15. Det som blir sagt i mot øktene er ofte lærerikt og får ein til å tenke
16. Eg meiner egt at alt MOT-øktene har gått ut på, og alle tema dei har tatt opp er svært viktige. Framgangsmåten og variasjonen er noe eg synes også er veldig viktig når ein skal lære vekk noe, og det har MOT brukt mykje av
17. Det har fungert bra, for når me har hatt mot leker har alle blitt inkludert
18. Dei er vildeg bra
19. Eg kan være oppen når eg snakke om mot mot hjelpe meg og snakke
20. Kjekt
21. Det har gitt klassen eit bedre miljø
22. Jeg syns det har vært bra med mot timene fordi det har gjort andre med oppmerksomme på problemer
23. Jeg synes det var veldig bra, fordi jeg lært noe nytt
24. Syns det er hyggelig at dei alltid står med ingangen om morgningen.
25. Leker, bevegelser utenfor klasserommet har vært gøy. Mye bedre enn å sitte i ro å høre på noe snakke mye eller skrive mye.
26. Mot er veldig bra og vise meg noen ting som ikkje viste det er viktig mot meg sjølv.
27. Bra alt
28. Det er viktige temaer som blir tatt opp, og alle føge med.
29. Eg synes alt har fungert bra. Fordi alle virker motivert og synes det er interessant å lære om
30. da har rungtert bra siden turid er motiverende og alltid blid
31. MOT for meg har vert kjekt å inspirerande. Eg har lært mykje
32. Ulike og enkle oppgaver som setter tankene igang
33. Eg har ikkje noe særlig mening
34. Kjekkare enn vanlige timer
35. Fungerer heilt fint, men for folk som har desse ferdighetene på plass, og lært seg dette gjennom oppvekst og andre plasser, er det ik nødvendig og ha mange timer med mot økter for min del
36. Synst me har fått bedre klassemiljø
37. eg syns alt har fungert bra fordi alt vi har lært og gjort er nødvendig og kjekt samtidig
38. Kjekt med praktiske øvelser der man får beveget på seg
39. Øktene
40. Mot er ein kjekk sosial ting som gjer at me slepp teorifag og læring

41. Eg synstest at mot hjelper ekstremt godt til med miljøet på skulen. Mot driver med mange ulike aktiviteter slik at alle på skulen vert inkludert og lager ett vestre samhold på skulen.
42. Det har fungert bra for det meste, men det er ikkje noko særleg for meg å seie. Eg trengte dei ikkje heilt, sidan eg har ikkje noko særleg problem med det MOT taklar. Heldigvis var det kjekt
43. MOT er nokke som eg syness at ungdommene trenger. Og vise at og si nei og faktisk ikkje vere alltid med på nokke går heilt fint og at og vera seg sjølv er og viktig
44. Alt
45. Hyggelig stund. Litt ulikt det normale. Skaper bedre klassemiljø
46. Mot e kult og sånn. For noen gjør det nok en forskjell, men det e ikke en veldig stor del av skolen og temaene e ikke akkurat så dype
47. Eg likte mot godt. Men føler mykje av det de går gjennom er ting eg allerede bruke mykje til på å tenka på sjølv. Men syns det er viktig og gjelper med å ha ein åpen dialog utan at stemningen blir dårlig
48. I staten var det litt ting og forsto ikke helt meningen, men etter hvert begynte jeg og forstår at det jeg gjør har en på virkning på andre
49. Elsker når me skrive positive ting til medelevene og har påstander som engasjerer der man går på nei ja eller usikker
50. ja
51. Mot er bra, er ikkje heilt sikker på nytten men veldig fint organisert
52. Eg synest at det har vore inspirerande og gode møtøkte som har gjort oss meir bevisste. Klassen vår har eit litt vekslende miljø som har eit forbetningspotensial til å inkludere ALLE i klassen. Ved hjelp av møtøkte har klassemiljøet blitt betre, og klassen vert meir bevisste i forhold til dømes til det å inkludere alle. Gjennom ulike scenario som me reflekterer rundt bidreg MOT til å få oss til å tenke litt utanfor boksen og finne gode løysingar som gjer at det vert eit godt utslag for alle. MOT er også ein fin «pause» i ein ellers travel skulekvardag, som i tillegg er nyttig lærdom og bevissthet.
53. Synst at det har vore veldig innholdsrike og lærerike økte. Mykje viktig å ta med seg vidare
54. Når me har aktiviteter eller snakker om livet med klassen og kvarandre så har klassemiljøet blitt bedre
55. Folk bryr seg ikke uansett, er glemt med engang man går ut døra
56. kjekt å ta i bruk verktøy og dømer som til dømes skulesekken som symboliserte alt du har på skuldrene dine. dei verkøylene har gjort at da føles litt ut som ein time med psykolog og det har vore ein veldig bra ting slik at ein tørre å snakka ærlig og åpent med kvarandre
57. Litt usikker, synes noko av programmet er bra og ana nødvendig sida man kan det frå før av
58. Eg meiner at MOT har hjelpt med å gjera ungdommar meir bevisste på kva dei gjer og kva dei seier nei til og korleis dei kan byggje opp mot til å seie nei
59. veit ikkje
60. Å gjera sosiale ting med klassen
61. Bra: av og til kjeke leikar
62. Motbør om russetid var kjekt. Klassen blir meir samla
63. Har blitt meir bevisst pålegg sjølv og dei rundt meg
64. Sosiale med klassen og til å bryr meg om andre. Mot økt gir mange små ting som betyr mykje for å vere god menneske
65. Viktige tema som me burde tenka over og jobba med.
66. Mestringsøvelser er bra
67. Det som har fungert bra er å ha fysiske leikar med klassen, der det vert god stemning og ein gjer noko i lag
68. De tar initiativ og får med alle i klassen, gjør det lettere å inkludere
69. Bevisstgjeraende, positivt, motiverande
70. Eg synst det er bra fordi det er med på å inkludera fleire folk og øktene passar godt for ungdommene!
71. Gode motivatorer, flinke og engasjerte. Får fram poengene sine bra.
72. Det e fint at dei viser kva dei står for
73. Bra opplegg!!
74. Ble mer kjent med klassen og god opplevelse
75. Synst MOT er ein super ting for både enkelt personar men også for klassemiljøet. "Tvinger" Alle å faktisk bidra å prate me kvarandre, sjølv om det kan vera vanskelig
76. sosialt, man bryr seg meir om andre fordi me snakker om det og finner løsninger
77. Veldig inkluderande, kjekt.
78. Veit ikkje
79. Leikane. Skapar samhold
80. mot er kjekt og gjer at klassen blir betre kjent og komfortable med kvarandre:) det bidrar til eit betre klassemiljø

81. Alt
82. Ja, fordi det er en alternativ undervisningsøkt, hvor man kan snakke om ting som er relevant for ungdomstiden
83. Eg syns MOT-øktene har gjort skulekvardagen litt kjekkare.
84. Syns det fungerer veldig bra og jeg blir motivert til å være den beste versjonen av meg selv.
85. Fått folk som ikkje vanligvis snakker med kvarandre til å snakke med kvarandre.
86. Når du skriv kompliment til kvarandre.
87. Den lekne måten å lære å inkludere
88. synst d meste har fungert bra
89. Me får snakk ut om ting som me vanligvis ikkje snakker om
90. Gøy med aktiviteter og vi er alle aktiv i samtalene
91. Samlet klasser og skapt et bedre klassemiljø
92. Eg syns det har vert kjekt med MOT. Har vert med på å sveise saman klassemiljøet
93. Di praktiske oppgavene i motøktene som gjer at klassen får og må være sosial
94. Mot har vert ein god kanal der både elever og lærere får muligheten til å reflektere og tenke over alle i rommet og seg sjølv
95. Herlige mennesker! Liker det at det ikkje alltid er eit rett svar, men at vi kan diskutere å tenke over mange forskjellige scenarior
96. Mot gjer deg tryggare på klassen, gjer deg meir bevisst på å sjå andre og skape fellesskap
97. Jeg synes øktene har vært veldig bra for klassemiljøet og det å bli kjent.
98. Skrivning og oppgaver i gruppe
99. Refleksjon
100. Aktivitet
101. Det hjulpet meg med å finne ut av noen ting. Ting jeg slittet med er nå lettere.
102. Alt har fungert bra
103. Mot er veldig positivt og inkluderande og det er veldig kjekke aktiviteter. Mot sprer glede og det er veldig kjekt.
104. Snille motcoach, kjekke og forskjellige motøkt.
105. De er positive
106. Jeg synest mot er bra, meen ddet er. ofte det samme som blir snakka om hvær gang.
107. Mot gjer meg bevisst på ting eg ikkje tenkte på før. Det får meg til og tenka mer på ting
108. Blir inspirert og motivert til å være meg sjølv
109. Det har fungert veldig bra, eg er fornøgd etter ein mot økt, me får gjort ulike ting med kvarandre og det er bra
110. Øktene er gode, men det er stort mellomrom mellom kvar tid.
111. Ingenting
112. Eg meiner opplegget til mot fungerer ganske bra, det er spennande oppgåver som gjer deg inspirert til å via kven du er. Du blir engasjert til å følge med og lytte til din mot coach.
113. Det som er gjort til no fordi det er kjekt
114. Det er positivt for og skape eit betre samhalf i klassen
115. Alt
116. Eg synst Mot har vert veldig fint og lærerrikt. Med veldig gode motcocher
117. Har vært kjekt, god stemning i klassen
118. me vert påmint å ta vare på kvarandre, og me har hatt ein fantastisk mot coach som heile klassen er veldig glad i. håpe ingunn aldri sluttar, dama er RÅ!!! peace and love
119. Mot er med på å sette et perspektiv på viktige tema som kanskje ikkje alltid blir snakka like mykje om blant ungdom
120. Bruke eksempel og fortellinger for å sette det på spissen
121. Eg føler eg kan vera meg sjølv. MOT gir meg levelyst
122. Det fungerer å gjera ting ilag fordi då blir alle inkludert
123. Har lært mye nytt og blitt tryggere på den jeg er som person
124. Eg elske veilederen vår, dama som har mot øktene våre e heilt nydelig, og det har gjort øktene veldig kjekke
125. Kjekt og få vite meir om klassemiljøet og høyre personer som ikkje prater mykje til vanlig prate

Hvordan kan MOT bli bedre?

2022

1. Veit ikkje
2. Vet ikke.
3. Veit ikkje
4. ...
5. usikker
6. Veit ikkje
7. Dere er perfekte
8. Mindre kleint
9. Ha fleire og meir hyppige økter
10. Eg veit ikkje
11. Hald fram det gode arbeidet!
12. Meir av MOT
13. Eg veit ikkje, kanskje det hadde vert meir effektivt dersom alle er 100% ærlige og seier det dei virkelig meiner, men det er ute av MOT sin kontroll
14. Eg har ingen forslag til korleis MOT kan bli bedre, og synes at alt dei har gjort har vert svært bra
15. Det skulle vert litt mer spennende kanskje, men det har fungert ganske bra. Det eneste er vell at mot kan virke veldig skummelt for andre, f.eks. dei t-skjortene som er svarte med rød logo. Dei ser så kjedlige og skumle ut, kanskje lagt inn noe meir farge på t skjorten eller noe sånt. Og at det kan være litt mindre seriøst, siden det kan virke veldig seriøst, rett på sak og alvorlig. Og det kan folk se på som skummelt
16. Kom på TV
17. Eg trur mot er nok bra
18. Mot kan bli bedre på og snakke om mental helse og ta opp problemer som mange ungdom i dagens samfunn sliter med
19. Bli enda meir synleg
20. Mot fungerer bra slik det er nå.
21. Forsette kva dei drive med nå og ha nye ting for at studente intresere alltid .
22. Vet ikke
23. Litt usikker
24. Kjem isje på noko
25. ha det oftere
26. Usikker
27. Vet ikke
28. Vetsje
29. Veit ikkje
30. Er bra det
31. Vetsh
32. eg veit ikkje
33. Kunne vert fler praktiske øvelser
34. Er perfekt 😊
35. Bruka meir av teoritimane
36. Eg synstest mot er heilt super! Er ingenting som kan verta betre!
37. Veit ikkje
38. Eg tenker at MOT har gjort allerede ein god jobb for ungdommen. Det einaste eg kunne ha tenkt meg er og kanskje reklamere seg litt meir for og få MOT logoen ut til alle sammen.
39. Fortsett sånn :)
40. Ta opp ting som kan skape endring. At alle har det bra e litt sånn vanlig og ikke så gravende
41. Syns det er bra
42. Ha det enda gøyere de første gangene

43. Av og til kan d vere bedre å ha litt meir ungdommelige påstander
44. vet ik
45. Ha fleire MOT økter i skulen slik at ein kan dra inn endå fleire viktige temaer som alle bør vere bevisst på.
46. Kanskje at ein bør ha øktene litt oftare men at dei ikkje tar så lang tid
47. Bra
48. Folk tenker kun på seg selv, så det gjør ingen forskjell
49. ikkje laga kleine oppgåver
50. Kanskje ha meir aktiviteter ilag, ikkje bare snakking i klassen.
51. Eg får angst av å måtta sei ting i den settingen som MOT er
52. Meir oppmøte i klassen, fleire folk deltek
53. Keep up the good work
54. Å han god MOT Coach
55. Burde vore meir personleg inn mot klassen. Meir oppfølgingsspørsmål, handla om situasjonar me faktisk er i og fått oss til å snakka meir saman. Mykje dei same tingene opp igjen, så me hadde ikkje trengt så mange økter. Det tar mykje tid frå undervisninga. MATERIALET MÅ VERA PÅ NYNORSK!!
56. Litt kortere økter
57. Det kan tilpasse seg betre klassen det gjeld. I tillegg verkar det som at MOT prøver veldig hardt å vere på elevane sine nivå, noko ein ofte ikkje klarar.
58. mindre grupper
59. Ha ein dag med fylt av aktivitetar og spørre undersøkelser i økta, der alle ungdommene kan vera med på!
60. Er bra nok som det er.
61. Eg veit ikkje
62. Dei har gjort gode god jobb
63. Synst det fungerer bra!
64. Fortsette slik som det er.
65. Meir variasjon
66. Forklare mobbing bedre ikkje berre ekstem tilfellene
67. kjem ikkje på noko spesielt
68. Flere mot økter
69. Flere undervisninger
70. Fleire økter
71. Syns det er veldig bra!
72. Bli endå betre til å sjå alle saman.
73. Vet ikkje
74. meir praktisk kanskje
75. ldk
76. Få bedre musikksmak
77. Pushe litt ekstra om di ser at det kanskje er litt utfordrende samhold i en klasse. At di tørr å so direkte i fra til dem
78. Kanskje fleire start aktiviteter eller opplegg. Kanskje ein leik, dans eller meditasjons økt som start (alt etter korleis stemningen er i rommet)
79. Veit ikkje, deko e gull!
80. MOT kunne kanskje hatt noen felles økter med flere klasser i lag for å få et enda bedre fellesskap på tvers av klassene.
81. Var snill
82. Ikke noe kommentar.
83. De kan bli mer aktiviteter
84. Endå meir praktisk
85. Ha litt meire leker og snakke om varierende temaer
86. Ingeting
87. Oftare
88. Oftarare mot økter

- 89. Vera litt oftare eller litt lengre øktar
- 90. oftere
- 91. Det er litt mykje av dei samme oppgåvene, kanskje varie litt meir og litt nyare oppgåver som fleire kan delta på samtidig.
- 92. Litt usikker
- 93. Alt
- 94. Usikker
- 95. Usikker
- 96. Fleire timer
- 97. Ha fleire MOT-økter i året
- 98. Veit ikkje
- 99. Enda oftere mot økter
- 100. Kanskje ha mot økter litt oftare, kanskje ein gong i månaden?
- 101. Syntest det er bra som det er