



Informasjon om organisasjonen MOT

MOT er en sosial entreprenør og en ideell stiftelse. MOT er et helsefremmende og forebyggende program i skolen som jobber systematisk, langsiktig og på tvers av sektorer. MOT er et verktøy for å oppnå livsmestring og god psykisk helse gjennom å utvikle robuste ungdommer, som inkluderer alle.

MOT har utviklet seg til å bli et globalt livsmestringskonsept som i dag er i fem land: Norge, Danmark, Latvia, Thailand og Sør-Afrika. MOT har et mål om å vokse globalt, og flere andre land etterspør også livsmestringsprogrammet. MOT ble stiftet i 1997 og helt siden starten har MOT hatt fokus på livsmestring. De siste årene har MOT tatt nye steg som har utviklet MOT til å bli et mer helhetlig og omfattende livsmestringskonsept.

Nå kan MOT vise hvorfor MOT er et godt verktøy for å jobbe med livsmestring, god psykisk helse og utenforskap gjennom resultater og 21-års erfaring. MOT ønsker å være et sentralt verktøy for livsmestring og god psykisk helse i de kommende årene.

Hvorfor skal vi inn i folkehelsemeldingen?

Det etterspørres systematikk og planarbeid i kommunene blant annet gjennom "Program for folkehelse". Det er nettopp system og struktur MOT har utviklet mye og blitt gode på gjennom alle disse årene. MOT sitt program i ungdomskolen og videregående heter 'Robust ungdom', og gjennom programmet arbeides det systematisk over år med: ungdommer, personalet, skole- og kommuneledelse og ikke minst lokalsamfunnet

MOTs program har et todelt fokus:

1. MOT har fokus på individet

MOT utvikler robust ungdom gjennom å styrke hver enkelt ungdoms bevissthet og mot - slik at de tar gode valg, blir mer motstandsdyktige, trygge og sterke inni seg selv.

2. MOT har fokus på gruppen/klassen

MOT styrker gruppens bevissthet og mot gjennom å jobbe med fellesskap, inkludering, og det å bygge lag for å få til gode og trygge læringsmiljø. Robuste ungdommer kan enklere ta vare på andre.

MOT er et godt styringsverktøy for skoleledelse, men også et godt systemverktøy for kommuneledelse

I folkehelsestrategi er det viktig med tverrsektorielt arbeid. MOT har avtale med ca. 90 kommuner der en stor del av kommunene bruker politiet, helsesøster, lærere og andre nøkkelroller i MOT-arbeidet.

Det er først nå etter 21 år at MOT har den erfaringen, de resultatene og det produktet som er et godt verktøy for livsmestring og god psykisk helse i skolen som hører hjemme i den neste folkehelsemeldingen.



Vi samarbeider tett med forskningsmiljøet på NTNU samfunnsforskning som skal ha et følgeforskningsprosjekt på en kommune der alle skolene gjennomfører MOTs program. De bidrar også til å validere spørsmålene i vår egevaluering 'MOT-undersøkelsen'. Dette gjør at MOT har en stor og viktig database som også kan sees opp mot 'Ungdata'. Helt ferske tilbakemeldinger fra lærere forteller at de ser på MOT som et viktig verktøy for å implementere den overordnede delen av læreplanen.

MOT har fått en trygg posisjon i den norske skolen og ikke minst har vi bygd opp en anerkjent merkevare. MOT har utviklet et program gjennom mange år som innlemmer alt fra barnehage og ut videregående skole. Vi vet at overganger mellom barneskole til ungdomsskole, og ungdomsskole til videregående skole er en sårbar fase. Her er en av MOTs store styrker og suksessfaktorer.

MOT er rekrutterer ungdommer som er gode rollemodeller og kulturbyggere og gir de opplæring og ansvar for at de skal jobbe med å inkludere alle. Barn i 7. klasse gruer seg ofte til ungdomskolen og har mange spørsmål. Ungdommer fra 9.klasse har dermed tre MOT-økter for 7. klasse for å trygge overgangen. Ung til ung-formidling er en stor suksessfaktor når ungdom har fått god opplæring. MOT ser at de ungdommene som har fått MOT-programmet og er gode rollemodeller også bidrar inn i eldreomsorgen i møte mellom generasjoner. MOT opplever at ungdommene tar et enormt eierskap til MOT. Det er spesielt viktig når brukerfokuset vektlegges i så stor grad.

MOTs program

- **Kommunen som samfunnsbygger:**
Forsterker og forankrer MOT på kommunenivå. Kommunen får tett oppfølging fra MOT-sentralt og kommuneledelsen utdannes gjennom MOT. MOT brukes som et viktig systemverktøy og MOT blir en del av kommunens verdiplattform.
- **Skolen som samfunnsbygger:**
Forsterker skolens rolle som samfunnsbygger, og forankrer MOT hos rektor og skolepersonalet. Gjennom utdanning, foredrag og veiledning av rektor, skolepersonale, ungdommer, foreldre, ledere og trenere skapes en felles verdiplattform og en felles forståelse av viktigheten av å skape en kultur der alle er inkludert.
- **Robust ungdom:**
MOTs program «Robust ungdom» er for ungdomsskoler og videregående skoler og består av 12 MOT-økter hvor målet er å utvikle robust ungdom, som inkluderer alle. Programmet gjennomføres av spesielt rekrutterte mennesker som er gode på å nå inn til ungdom. Det kan være en av skolens ansatte, eller en ressursperson i kommunen som har god relasjonskompetanse.

Sammen gjør dette at MOT blir et godt system- og styringsverktøy for livsmestring og god psykisk helse i skolen.

MOT har per i dag avtaler med i ca. 90 kommuner og 260 skoler i Norge, og i overkant av 65 000 ungdommer har MOT på skolen.



MOTs verdier og prinsipper

MOT har tre verdier:

- MOT til å leve
- MOT til å bry seg
- MOT til å si nei

Øktene i MOTs program har varierende tema, men MOTs verdier er en rød tråd gjennom hele MOTs program. Med MOTs verdier som utgangspunkt i kommunikasjonen med ungdom i klasserommet, gir vi MOT-øktene innhold som er forståelig. Verdiene gjør ungdommene bevisst sin adferd og hvordan den påvirker menneskene rundt dem.

Hvis vi klarer å skape robuste ungdommer som er glad i seg selv, så har de overskudd til å bry seg om klassekameraten, lokalsamfunnet som også innbefatter naboer, familie og ikke minst de eldre. Vi vet at det er mange ensomme eldre og ungdommer. Her vil MOT melde seg på å si at vi bidrar inn mot ensomhetsutfordringen

MOT har fire prinsipper, som er metoden for hvordan vi operasjonaliserer verdiene:

- Jobbe i forkant: å bygge kultur, være forberedt og kommunisere tydelig og oppriktig.
- Ansvarliggjøre kulturbyggere: bevisstgjøre mennesker på sitt ansvar som rollemodeller for at de skal inkludere og stille opp for andre.
- Forsterke det positive: å være mulighetsfokuserende, plante positive forventninger og å finne det beste i mennesker og situasjoner.
- Se hele mennesket: trene mennesker på å vise bakgrunnsforståelse, være nysgjerrig på forskjeller og se på ulikheter hos mennesker som en ressurs.

MOT har intensjonsavtale med skolelederforbundet som sier at MOT er et verktøy for implementering av overordnet del av lærerplanen. I overordnet del står det at faglig læring kan ikke skilles fra sosial læring. Da er det avgjørende med trygge læringsmiljø slik at de lærer og blir robuste til å takle livets utfordringer, og at det ikke blir frafall i skolen.

Lærere er tydelige på at MOT er et viktig verktøy for å implementere den overordnede delen av læreplanen. De sier at MOT på skolen bidrar til tryggere læringsmiljø og mer livsmestring hos elevene. MOT er et godt verktøy til strategien for god psykisk helse 'Mestre hele livet' og ikke minst 0-24 satsingen til regjeringen.

Det er ofte ideelle lag og organisasjoner som trækker opp stien til det som senere blir nasjonale oppgaver. Det er akkurat det MOT bidrar til - ikke minst gjennom ny folkehelsemelding.

MOT ønsker å være en strategi for livsmestring og god psykisk helse i den neste folkehelsemeldingen.