

Transskription af podcast om idræt og fysisk aktivitet på KU

Sidsel: Så på den måde bliver vi også igennem vores idræt lidt presset ud i nogle situationer, hvor vi blev nødt til at samarbejde, og det gjorde, at vi alle sammen udviklede os og gjorde, at vi faktisk fik et supergodt sammenhold til sidst.

[MUSIK]

Ida: Du lytter til KU studieliv. Jeg hedder Ida og er selv studerende på KU, og i den her podcast snakker jeg med andre studerende om deres studieliv.

I det her afsnit taler jeg med Sidsel som læser idræt og fysisk aktivitet på andet semester. På uddannelsen lærer man om idræt både teoretisk og praktisk, og man bliver introduceret til en bred vifte af sportsgrene og teknikker.

[MUSIK STOPPER]

Ida: Studiet hedder jo idræt og fysisk aktivitet, hvad dækker de to begreber egentlig over?

Sidsel: Det er faktisk et rigtig godt spørgsmål. Det ved jeg faktisk ikke rigtigt. Altså jeg tror, idræt-delen er jo det første halvandet år, som jeg nu er i gang med, er det grundlæggende, hvor vi bliver præsenteret for alle idrætsgrene. Så det første semester var det volleyball, håndbold og dans, og nu lærer jeg svømning og gymnastik, og efter sommerferien, så skal jeg lære badminton, basket, atletik og fodbold. Så den er sådan all around. Det tror jeg, er det, der ligger i sådan i idrætssdelen.

Og så fysisk aktivitet, det er jo sådan- Det er jo lidt et andet ord for idræt motion, så det jeg ved det faktisk ikke helt, men jeg tror mit bedste bud- så det er noget med noget idræt, og så er der jo hele det teoretiske, men jeg tror ikke rigtig, det ligger i sådan fysisk aktivitet...

Ida: Har du altid selv dyrket meget sport?

Sidsel: Ja. Jeg har spillet fodbold, ja, lige siden jeg var helt lille. Det var også det der gjorde, at jeg kom igennem gymnasiet, grundet at jeg er ordblind. Så ret hurtigt da jeg startede på gymnasiet, var jeg sådan "Shit, det er hårdt" fordi læringsbyrden bare var mega stejl.

Og så den der med "OK, hvad skal motivere mig for at blive de sidste to timer eller komme de to morgentimer med tysk?" Og så var jeg så privilegeret, at der var college på mit gymnasie, så vil sige fodboldtræning inden skole og efter skole. Og det gjorde jo så, at jeg stod tidligt op, og så nu var jeg jo allerede på skolen, så jeg jo lige så godt komme til de der to tysktimer. Og det samme når det var engelsk de sidste to moduler, så blev jeg der, fordi jeg havde fodboldtræning.

Så jeg tror bare, jeg fandt ud af, at sporten var min måde at komme igennem min uddannelse på. Og så lige pludselig kunne man få muligheden for at kombinere det i uddannelsen. Det var bare win-win, og jeg er super glad for det.

Ida: Fedt. Hvornår fandt du ud af, at du gerne ville læse videre og så læse idræt på uni?

Sidsel: Jeg havde idræt på B-niveau i gymnasiet. Det var desværre under corona, så det var lidt en blandet oplevelse, men alligevel var det det der med, at du sad til normal undervisning og hørte omkring muskler, hvordan kroppen fungerede og så bagefter fik du lov til at prøve det af i praksis, hvilket-

Jeg synes bare min forståelse og sådan- det gav bare mening for mig. Jeg forstod pludselig, hvorfor jeg skulle lære det, kontra hvis jeg skulle lære omkring regler i dansk, for jeg skulle skrive ja grammatiske regler eller sådan skrive stile, hvor jeg sådan ikke rigtig kunne se meningen med det. Og så spurgte jeg hende, hvad hun havde læst, og hun havde læst idræt på universitetet, så det var lidt hende, altså min idrætslærer, der var sådan lidt "Du hører til der," og så var jeg sådan "Hmm OK det tror jeg, du har ret i."

Ja, så det, tror jeg, er grunden til, at jeg endte på idræt. Det var den ene grund, og så lavede jeg- var jeg fodboldtræner ved siden af. Elskede det. Og i mit sabbatår var jeg lærervikar. Altså kombinationen med at være sammen med børn, så denne der med igen, at have noget teoretisk viden og komme ud og prøve det i praksis, var bare mega fedt.

Ida: Fedt! Du nævnte lige kort hvordan studiet er opbygget i starten, i forhold til I når igennem utroligt mange forskellige sportsgrene. Men kan du ikke lige prøve at uddybe lidt, hvordan studiet er opbygget?

Sidsel: Jo, så det her første halvandet år, det er obligatoriske fag. Måden det er bygget op på, det er, at jeg har to praktiske fag. Og min praktiske fag fungerer i et halvt år af gangen, hvor at min teoretiske fag nogle gange kan vare tre måneder, men det kan også være et halvt år, så er det lidt forskelligt.

Og mine teoretiske fag sørger for, at jeg får forskellige indblik- Så for eksempel har jeg haft pædagogisk indblik. Det er sådan et flot ord som didaktik, det kan så være, underviseren står og- hvad skal man sige, når underviseren skal bygge noget undervisning op, hvad gør man der? Så er der nogle modeller. Så det har jeg lært om.

Og nu lærer jeg omkring kroppen. Så jeg lærer om fysiologi. Så hvordan fungerer cellerne, hvis jeg gerne vil bevæge en muskel? Hvad sker der i kroppen? Hvad er det for nogle muskler, der gør det? Det er anatomien. Og så er der noget, der hedder biomekanik, det er noget omkring vinkler, når du kaster med en bold, hvorfor er armen så højt oppe? Og hvorfor kører du armen tilbage? Og sådan nogle ting? Så det, synes jeg, er mega spændende.

Planen er så, når man har haft det i halvandet år, så burde man finde ud af hvad, "Men hvad, synes jeg, er spændende? Hvad for en vinkel kunne jeg godt tænke mig at arbejde på?" Og så kan man så vælge valgfag ud fra. Så på den måde igen, synes jeg, idræt er bygget super godt op, fordi de præsenterer os for alle de her forskellige parametre.

"Synes du, at undervisningen er fedt? Nå men det synes du ikke. Okay, du synes måske, det er bedre at skrive opgaver, som er idrætsrelaterede? Super, jamen så er der også mulighed for det."

Ida: Og hvordan er fordelingen mellem det praktiske og det teoretiske? Er det Sådan fifty-fifty det ender med at være så?

Sidsel: Ja, det jeg måske, det er meningen, det skal være halv-halv. Men altså jeg har jo to praktiske fag og et teoretisk fag. Så for eksempel nu har jeg i svømning, der har jeg tre timers svømning med underviser, og så har jeg en selvstudie, og så skal jeg med min studiegruppe lave sådan nogle studierapporter på seks sider. Jeg tror, vi skal lave fem på et halvt år. Altså de praktiske fag, der er ikke så meget læse, altså ikke meget pensum og så meget opgave i det. Det er mere det teoretiske fag, hvor vi skal sætte os ned og læse.

Og den kombination, som ordblind, synes jeg fungerer super godt, altså jeg kan godt følge med, hvilket jeg var super bange for, at jeg ikke kunne, da jeg startede på universitetet. Fordi man har hørt det om at "Du risikerer, at du skal læse 400 sider på en uge og skrive noter, du skal huske det udenad" hvor jeg var sådan "Aahh, det kan jeg da ikke! Hvordan gør jeg det?" Og fandt bare ud af, at det var helt anden virkelighed, i hvert fald på idræt studiet.

Jeg ved ikke, hvordan det er på andre studier. Men på idræt kan man i hvert fald godt følge med, eller jeg kan i hvert fald godt følge med som ordblind. Hvilket jeg er super glad for.

Ida: Ja, det er godt at høre. Var det noget, du var sådan meget bekymret for op til studiestart?

Sidsel: Ja.

Ida: Ja.

Sidsel: Altså virkelig bekymret, og det tror jeg lidt- i det samme du bliver erklæret ordblind, får du lidt den der fortælling om, at "Puha, det bliver svært for dig." Jeg sad faktisk brugte min sommerferie på at læse to bøger igennem og skrive noter, fordi jeg var så bekymret for, om jeg kunne følge med. Så jeg prøvede virkelig at være på forkant med alt, hvad jeg kunne være på forkant med.

Og så startede jeg, så var jeg sådan, "Gud, det havde jeg så ikke behøvet at bruge min sommerferie på samme måde," og det ville jeg jo godt have ønsket, at jeg havde vidst før, så jeg ikke skulle have gået med den der tvivl. Men gudskelov sprang jeg ikke fra, selvom jeg havde tvivlet. Jeg turde godt at springe ud i det, så det var jeg glad for.

Ida: Hvis vi lige spoler tiden tilbage til da du startede på dit studie, hvilke forventninger havde du så ellers sådan omkring det sociale og hverdagen?

Sidsel: Altså ingen tvivl om, at med idræt studiet fandt jeg ret hurtigt ud af, at det er meget gruppe arbejde. Så man bliver lidt tvunget ud i nogle grupper og blev lidt låst i dem, og der skulle man så lære at samarbejde. Og det kunne jeg godt mærke, det synes jeg var svært, fordi at i gymnasiet, jo, du blev også sat i grupper, men så var det kun én opgave og så fik du lov til at få nye grupper. Men her på vores studie, jamen så var du låst i den her gruppe et halvt år af gangen på alle fag, så der skulle du virkelig lære at samarbejde, selvom du måske ikke helt synes, at connection var der.

Der skulle jeg igen også lige dreje noget og sige det her. Okay, der er også læring ved det her, og det er fair nok, at det ikke fungerer første gang, og heller ikke anden gang, men bliver ved med at kommunikere og være ærlig over for hinanden. Så der er ingen tvivl om, at jeg synes det, at det var hårdt i starten, fordi der ikke bare var "a piece of cake at starte på universitetet.

Der er mange ting man lige skulle finde ud af med det sociale, og så er der jo selvfølgelig alle festerne og alt det, sådan, den del. Jeg tror bare, at jeg har fundet ud af op mig selv, at jeg kan faktisk godt lide at gå i seng klokken ti om aftenen og så jeg have tømmermænd dagen efter. [Griner]

Så det var også det der med, at der var sådan- på et hold er der jo forskellige- eller dem der godt kan lide at feste, dem der ikke kan, så man skal også lige finde ud af hvor passer man henne i sådan et hold? Så ja, jeg tror, jeg synes det var lidt overvældende.

Men jeg må også bare sige til mig selv, at det er okay, at jeg trækker mig. De forsvinder ikke af den grund, de er der igen dagen efter, og så må jeg jo bare, når jeg er klar, så række ud. Ja.

Ida: Hvad med det her med, at der er så meget forskellig sport, og gruppearbejde for den sags skyld også, er det noget, der påvirker det sociale positivt?

Sidsel: Altså ingen tvivl om, og det har vi også snakket om i studiegruppe, at da vi startede, brød vi os ikke særlig meget om hinanden. [Griner] Men fordi vi lidt er blevet tvunget til at dyrke idræt og dansen, der skal man jo lave, man skal både lave en solo hvor man skal danse i, jeg tror to minutter, foran hele holdet. Og Det kan være super angstprovokerende for nogen, og for andre er det ikke. Men inden da skulle vi også lave danse sammen, hvor vi skulle vise det, vi sluttede af med en stor dans på seks-syv minutter.

Så på den måde bliver vi også igennem vores idræt lidt presset ud i nogle situationer, hvor vi blev nødt til at samarbejde, og det gjorde, at vi alle sammen udviklede os og gjorde, at vi faktisk har et supergodt sammenhold til sidst. Og hele vores sådan sidste performance, eller vores sidste dans, handlede faktisk om den rejse, vi havde været på og vi fik bare super meget ros, fordi man godt kunne se, at der har været en udvikling. Og det er idræt meget fokuseret på, det er at man kan se, at der har været en udvikling, en proces.

Så der er ingen tvivl om at idrætten gør, at vi i hvert fald fandt hinanden som gruppe. Så jeg tror, idrætten tvang os til at finde samarbejdet, hvilket jeg er super glad for, fordi det kan man jo tage med ud i arbejdslivet også. Fordi der kan du også risikere at komme sammen med nogen. Så er det super godt at have den der indsigt i at "OK, det klinger ikke first time. Det er okay. Vi kan godt arbejde på det, hvis folk er indstillet på det." Så ja, super lærerigt.

Ida: Fedt. Og rent fagligt. Hvad bruger man så studiegruppen til? Er det til at lave den her dans sammen for eksempel, eller er det også opgaver eller er det begge dele?

Sidsel: Begge dele. Så svømmedelen for eksempel nu, der skal vi filme os selv. Og nogle gange skal vi også filme- for eksempel har vi livredning lige nu, så nu skal filme, at jeg redder en panisk person op af svømmebassinet. Så er det ikke min studiegruppe der leger panisk [Griner] og så filmer vi det, og så bagefter skriver vi så seks sider omkring hvordan man redder et panisk menneske op blandt andet.

Og som ordblind bruger jeg også rigtig meget om min studiegruppe, når vi skal lave skriftligt. Jeg har fundet ud af, at jeg er hende, der bare hurtigt skriver, og så er der en fra min studiegruppe, der så lidt renskriver det. "Ja Sidsel, jeg tror, det er det her, du mener," og så er jeg sådan "Super."

Så jeg bruger gruppearbejde også til de sider, jeg ikke er stærk i selv, og det synes jeg, for mig fungerer det super godt. Og det gør også at jeg er motiveret til de her opgaver, jeg ikke er super god til, fordi så er der en anden i gruppen, der gerne vil hjælpe mig. Og det gør, at jeg er motiveret til at studere videre.

Så ja, vi bruger også hinandens forskellige kompetencer. Og Det har også taget tid at finde ud af. "Jamen, hvem er god til det her? Hvem er god til det her?" Der er nogen, der for eksempel er bedre til noget sportsgrene end andre. Jamen så er de en form for instruktør, og vi andre er lidt dem, der så skal lære det. og så næste semester, så bytter vi så lige roller så. Ja, så vi bruger også hinandens faglige kompetencer, både praktisk og teoretisk.

[KORT SKILLER AFSPILLES]

Ida: Er det forventet, at man er særlig god til sport, når man starter, eller har været vildt god til idræt i gymnasiet, eller har en eller anden passion for idræt eller hva- altså hvilke forventninger er der til det sportslige?

Sidsel: Altså jeg tror, du kan have egne forventninger, men jeg vil sige af personlig erfaring, jo mere sådan alsidige du er i idrætten, jo nemmere bliver det for dig selv. Fordi der er ingen tvivl om, jeg godt kan mærke, at der er nogle af mine studiekammerater her og nu i svømning og i gymnastik, der virkelig er udfordrede, fordi at det bliver pludselig meget mere praktisk.

Du skal kunne det her for at kunne bestå, og vi har hørt ældre elever fortælle, at de ikke har bestået det her fag, fordi de ikke kunne leve op, og så er de nødt til at droppe ud. Så der bliver pludselig stillet nogle fysiske krav. Så jeg tror helt klart, hvis man vælger idræt må man godt lige lave et kritisk blik på sig selv og kigge på sin krop og sige, "Jamen er det her en god ide?"

Fordi at der er ingen tvivl om, at der også bare er sådan helt basic skader, og det er jo også en faktor, man skal være opmærksom på, er man eliteudøver ved siden af idræt, så er idræt studiet måske ikke lige det bedste, fordi du så bliver- du virkelig belaster din krop, så det pludselig nogle andre krav, så gør dit forarbejde på idræt. Gå ind og læst lidt om- Hey, det er ikke bare at skrive opgaver.

Ida: Hvad kan det være for nogle sådan helt konkrete ting, som man skal kunne til eksamen for at kunne bestå?

Sidsel: For eksempel har jeg lige afleveret en video, som sådan first time, hvor jeg skal kunne lave en håndstand rulle, så det er en op på hænder, og så skal du ned i en kolbøtte. Hvilket jeg første gang var sådan, "Øh, how?"

Ida: [Griner]

Sidsel: [Fortsat] "Hvordan filen gør man lige det?" Hvilket også er sådan lidt angstprovokerende, så det skulle jeg lære. Så noget der hedder et hovedspring, hvor du skal løbe, og så kommer der sådan en form for trampolin du skal sætte af, og så skal du faktisk lidt form for- når du laver en- åh det at stå på hænder, nej ikke stå på hænder, stå på hovedet følelse. Og så skal du svinge dine ben sådan ind over dig selv, og så ser det meget elegant ud, men [griner] lidt provokerende at komme i gang med det.

Men det tog mig kun to uger at lære, fordi at hvert spring der er i gymnastikken. jamen så er der nogle øvelser du kan starte med, og så stille og roligt bygger du det op. Hvilket jeg er sådan, "Gud kan jeg det?" Og svømmedelen, jamen der skal jeg simpelthen ned på det helt dybe og dykke ned efter en dukke, det skal jeg gøre to gange inden- på to minutter, så der er sådan nogle fysiske krav. Man kan søge

om dispensation, men det er bare nemmere for dig selv hvis du kan gøre det først time, så skal du ikke til at bruge så meget energi.

Så på den måde... Jeg har ikke personligt mødt noget endnu, hvor jeg tænker "Det her kan jeg ikke." Jeg har lidt en indstilling, jeg kan lære det og med træning og mere træning... og mere træning, [griner let] så skal det nok lykkes.

Men det kræver lidt øh, hvad skal man sige? Sådan en disciplin? Fordi at du skal træne de her færdigheder, ellers så kan det godt være en synd for, at du ikke består.

Ida: Og hvis man så dumper, kan man vel så få lov til at tage eksamen igen.

Sidse: Ja, så hvis man dumper, så er det også noget der hedder reeksamen som, i hvert fald på min uddannelse, der går tre måneder, så kan du komme til eksamen igen. Hvilket at jeg tænker en god ting, og hvis det er fordi du bliver skadet, jamen så kan du altså så kan du tage faget igen året efter. Men det gør jo så, at du kommer til at forskyde nogle andre fag, og der går længere tid, før du får en bachelor.

Ida: Når man er færdig med de her obligatoriske fag, hvad er det så, der kommer? Så skal man til at have nogle valgfag?

Sidse: Jamen det er jo sådan noget som friluftsliv, eller om man vil læse sårbare målgrupper. Så det er et meget- eller sådan noget coaching, så det er meget sådan meget bredt. Fordi at med idræt kan du virkelig blive til mange ting. Og så er der jo en kandidat, hvor jeg tror, vi har to retninger enten noget humaniora eller så den anden retning, fysiologi.

Så det er sådan de det teoretiske fag vi har nu. Men synes jeg, at det der med celler og kemidelen og biologi er mega spændende, eller synes jeg at arbejde sammen med de didaktiske principper og modeller og teoretikere, altså at det er spændende? Så altså den vej. Så det er sådan lidt to spor jeg tror man kan ende ud i, men mere ved jeg faktisk slet ikke om det.

Ida: Og hvis man så vil være gymnasielærer, ved du så, hvordan det foregår?

Sidse: Jamen efter det her halvandet år, så skal du så vælge et sidefag og inde på, hvad skal man sige, København Universitet? Så er der sådan en altså en brugervejledning til, "Hvordan gør man det her, hvis du gerne vil være gymnasielærer? Hvem skal du skrive til, og hvad skal du gøre?"

Men ja, så er det så derefter du så skal finde ud, hvad for et sidefag du godt kunne tænke dig. Så det er den måde, man gør det på lige nu.

Ida: Har du så nogle anelse om, hvilken retning du godt kunne tænke dig at dreje studiet i?

Sidse: Jamen det... Jeg er sådan lidt pudsigt anlagt, så jeg har jo et start-up ved siden af, som omhandler ordblindhed, hvor jeg gerne vil skabe bedre vilkår for ordblinde i det danske skolesystem. Og nogle tænker jo, "Det har ikke noget med idræt at gøre" og både ja og nej, altså. Jeg bruger idrætslivet i forhold til sådan helt konceptet i læring. Hvordan lærer man bedst? Fordi det får vi også noget læring omkring. Hvordan fungerer hjernen? Ja, så på den måde synes jeg, jeg kan drage på det.

Men jeg skal jo finde ud af, jamen er det den- ordblindhed, er det den vej, jeg gerne vil gå? Fordi så kan jeg jo tage sidefag- eller rettelse, valgfag inden for ordblindhed, fordi det er der jo på Københavns Universitet.

Jeg kunne også godt se mig selv, fordi at jeg er blandt andet frivillig i DGI, om det er en post inde i DGI, jeg kunne tænke mig at sidde i. Jeg synes det er mega fedt forbund. Der er også mulighed der. Så er der jo hele den der med træner-delen. Jamen er det sådan, er det landsholdstræner, er det der, vi ender? Jeg ved det ikke. Jeg tror, jeg tror det eneste, jeg ved, det er, at jeg godt vil være leder. Så spørgsmålet er bare, hvad for en leder og hvad for en branche jeg godt kunne tænke mig at være det i? Er det selvstændige, er det træner?

Så på den måde er jeg meget bredt, men lige nu har jeg en ingen idé, hvor jeg ender henne.

Ida: Når man har læst idræt, hvad for nogle andre ting kan man så ende med at arbejde med bagefter?

Sidsel: ... Ja. Det er et rigtig godt spørgsmål. Jeg tror vi så en video inde på KU's hjemmeside inde på idræt studiet, der er lagt op, hvor at der var en, som nu sad inde i en sygehusafdeling og sad og lavede... Det må så nok være noget fys-, fysiologi og noget, sådan den nørdede del. Og så var der også en, der var ansat inden for, jeg tror, det var en fond, og så sad og læste ansøgninger, og så blev bevilligede fondsmidler inden for idræt og, hvad hedder det, fritids... Fritid.

Så på den måde kan man lidt man kan komme i, sådan lidt, der er mange måder. Jamen der er mange muligheder inden for idrætten, men det er som sagt, kommer det an på, hvad det er for en vej, du vælger på din kandidat. Er det sådan mere organisatorisk? Er det noget kommune arbejde eller- men ja, der er sindssygt mange muligheder.

[KORT SKILLER AFSPILLES]

Ida: Du nævnte tidligere, at du måske ikke er dømt på dit studie, der går mest op i fester for eksempel.

Sidsel: Mhm.

Ida: Hvad for nogle ting er der så for dig og at engagere dig i?

Sidsel: [Griner] Ja. Jamen ja, nu kommer jeg nok til at lyde lidt voksen, desværre, så jo jeg er studerende på idræt, og jeg har... Har jeg tre? Nej, to arbejde ved siden af, som jo også tager en tid. Og så er jeg jo frivillig. blandt andet i DGI, og har mit start ups. Så jeg tror, det jeg prøver at sige, det er, at jeg har alle mulige sådan ekstra ting, jeg har pålagt mig selv, fordi jeg finder energi i det.

Men udefra når jeg sådan prøver at fortælle om alt det, jeg laver, så folk er sådan "Puhh du laver meget, bliver du ikke stresset?" Hvor jeg er sådan "Nej, jeg finder energi i det." Og der er ingen tvivl om at nogle gange pålægger mig for mange opgaver, og så bliver jeg træt, og så går det ud over min krop, men så må jeg lige stoppe op og tage et skridt tilbage. Så jeg-ja ,bestående af workshop, frivilligt arbejde, arbejde hvor jeg får løn og så bare studie i sig selv.

Og så i weekenderne tror jeg faktisk ikke, jeg laver særlig meget, fordi jeg er i gang med at lade op til ugen efter, eller til den kommende uge.

Ida: Ja, der er bare ikke timer nok i døgnet til det hele, og det er nogle fede ting du jo også får din tid til at gå med. Hvis man nu er en person der har lidt mere fritid og måske, hvad ved jeg... savner nogle

venner og gerne vil lære sine medstuderende endnu bedre at kende. Hvad for nogle forskellige sociale ting er der, så man kan engagere sig i, ved du det?

Sidsel: Jamen altså i forhold til fester så er der jo sådan noget som fredagsbar, og jeg synes faktisk i øjeblikket- jeg ved ikke, om det hver anden uge eller- Jeg ved at en gang om måneden der er der fredagsbar, som er et super godt sted at være og sådan mødes.

Og så er der lidt ligesom på ungdomsuddannelser og sådan nogle frivillige- altså sådan råd man kan melde sig ind i. Og det er der også på mit studie, jeg kan bare ikke huske hvad de hedder. Jeg ved at man også kan melde sig ind i sådan en sportsforening på KU, men det er sådan set faktisk for alle, det er ikke kun for idrætsstuderende, hvor man så også kan få lov til at dyrke alt muligt sport.

Så det ved jeg, mange som er, ja, hvad skal man sige, færdig med det her grundforløb, fordi valgfagene er ikke så praktisk orienteret, så melder de sig derind. Og så møder de jo alle mulige på kryds og tværs og sådan socialt får rigtig meget ud af det.

Hvis man savner noget, jamen så kan man også starte sit eget ved jeg.

[KORT SKILLER AFSPILLES]

Ida: Sidsel du har jo allerede været lidt inde på, at du er ordblind og i den forbindelse, der modtager du også SPS-støtte som står for specialpædagogisk støtte. Som er noget, man kan få, hvis man har brug for lidt ekstra støtte på forskellige områder, blandt andet hvis man er ordblind. Og vil du ikke lige prøve at forklare, hvad det er for en slags støtte, som du får?

Sidsel: Jo, så måden man først og fremmest får det på, det er, at man skal søge om det. Så nu får jeg SPS-støtte i den forstand, at jeg har en vejleder på KVUC som er uddannet inden for... jeg kan ikke huske hendes flotte titel, men det vil sige, hun kan lidt faktisk hjælpe mig med alt, om det er studieteknikker, mundtlig eksamen, struktur på min uddannelse.

Jeg bruger hende så rigtig meget til skriftlige opgaver, fordi det er noget jeg selv har rigtig svært ved. Så når jeg ikke skal skrive opgave med studiegruppen, men en eksamensopgave, så skriver jeg til hende og siger, "Kan vi mødes? I need help." Og så hjælper hun mig faktisk igennem hele opgaven og gør, at jeg kommer igennem det og ikke sidder sidste aften og tænker "Jamen, jeg når det aldrig," så det bliver en rigtig god proces. Så hende bruger jeg rigtig meget i den skriftlige del.

Derudover så har jeg hjælpemidler. Så jeg har en appwriter på min computer, som jeg bruger, hver gang jeg skal skrive noget, som er et koncept med at den kan give ordforslag, og den kan læse ting højt for mig.

Jo, og så ud over, så tror jeg også jeg fik adgang til noget der hedder ordlab, hvis jeg husker korrekt, men er en hjemmeside, som indeholder små videoer i forhold til forskellige hjælpemidler.

Så jeg fandt for eksempel en supergod app, som jeg kunne bruge på min telefon, der har igen nogle funktioner som hjælper mig, når jeg står i et dilemma, hvor jeg tænker "Ugh, det kan jeg ikke stave til,

det kan jeg ikke læse” eller ”Hvordan siger man det på engelsk?” Så bruger jeg den app. Og derudover så har jeg også fået ekstra tid til mine eksamener.

Ida: Hvad med den støtte du så har fået? Hvad betyder det for dit studieliv?

Sidsel: Det gør, at jeg kommer igennem mit studieliv, altså er det helt korte svar. Jeg kan ikke. Jeg kan ikke klare mig uden appwriter, jeg kan ikke klare mig uden Ida, der hjælper med min skriftlige opgaver. Det lærte jeg tilbage i gym, at jeg kan ikke klare de ting, jeg har svært ved alene.

Eller det kan jeg måske godt, men så enten så består jeg det lige, eller så dumper jeg. Så bliver det ikke en god oplevelse og det- jeg kan ikke lide dårlig oplevelser. Jeg vil gerne have, det skal være fedt at gå i skole.

Ida: Helt sikkert. Tak fordi du også ville fortælle lidt om det. Det var godt at høre. Her til sidst kunne jeg godt tænke mig at høre dig om du har et godt KU-hack?

Sidsel: Ja. Hvis du går med en ide omkring noget iværksættereri på et eller andet punkt, jamen så er mit bedste råd at melde dig ind, gå ind og undersøge hvordan, hvad for en- hvor kan du finde hjælp henne? Hvordan kan du starte det? For jo tidligere du starter, jo mere hjælp får du, så hvis du har en iværksætterdrøm altså så kom spring ud i det. For du lærer sindssygt meget, og der er rigtig meget hjælp at hente på KU som studerende.

Ida: Det er et vildt godt tip. Tusind tak Sidsel fordi du havde lyst til at fortælle om dit studieliv.

Sidsel: Det var så lidt.

[MUSIK STARTER]

Ida: Hvis du er blevet nysgerrig på idræt og fysisk aktivitet, kan du læse mere på studier.ku.dk. Du kan også møde mange flere studier på Instagram @KUstudieliv. Tak fordi du lyttede med.

[MUSIK STOPPER]