Faget	Mit Liv
Uddannelses år	Skoleåret 2026/2027
Antal timer	Tirsdag 9.10-13.30 og onsdag 9.10-13.30, hvor der leveres 4 timers undervisning pr. dag, fratrukket pauser, i et forløb over ca. 12 undervisningsdage. 4 timer x 12 dage = 48 timer.
Fagets formål og sammenhæng til STU-lovgivning	Fagets formål er at varetage LBK 1077 STU-lovens §6 stk. 2-3, ved at fremme den unges personlige udvikling, gøre den unge i stand til at deltage selvstændig og aktivt i samfundslivet. Gennem aktiviteterne i faget, øves den unges evne til at indgå i sociale sammenhænge og samarbejde med andre. Der arbejdes med dialog, refleksion og konkrete problemstillinger, som understøtter den unges forståelse af egne ressourcer Den unge opnår kompetencer og færdigheder, som er relevante ift. et aktivt voksenliv. På faget Mit Liv er formålet at klæde de unge på med alsidig og brugbar viden, så de oplever en større selvstændighed i deres voksenliv. De unge undervises i emner og tematikker, der vedrører dem selv og den unges personlige hverdag. Den unge udfordres i dialog og indsigt med det formål, at de udvikler forståelse for egne ressourcer og behov og de kompetencer, der kræves i voksenlivet.
Fagets mål	Fagets mål er: - At understøtte den unges forståelse for eget ansvar og udvikle den unges kompetencer til at håndtere hverdagens udfordringer. - At styrke den unges tro på egne evner og kompetencer, så den unge oplever øget tryghed, selvstændighed og mestring i overgangen til voksenlivet. Dette arbejder vi med, sammen med den unge, med udgangspunkt i følgende aktiviteter og tematikker: Ud og besøge offentlige instanser/tilbud: - Give den unge indblik i det offentlige rum og de instanser, der er til rådighed - Give den unge erfaring med at anvende lokalsamfundets tilbud og hvordan disse opsøges - Skabe en tryghed for den unge ved at tage ud og høre om muligheder for støtte og hjælp i lokalsamfundet, så disse kan benyttes efter endt STU - Hjælpe de unge med at få skabt kontakt til offentlige instanser, som de skal bruge efter endt STU Selvudvikling: - Give den unge forståelse for mental og psykisk udvikling - Gøre den unge opmærksom på forskellen mellem selvværd og selvtillid, og hvordan man kan arbejde med disse - At give den unge redskaber til at arbejde med sig selv og det positive livssyn Hverdagen: - At give den unge indblik i og udvikle forståelsen for de opgaver, der er forbundet med at være udeboende. - Introducere de unge til tøjvask og anvendelse af vaskemaskine

	- Udvikle den unges kompetencer ift. rengøring af eget hjem samt intro til opvaskemaskine - Styrke den unges kompetencer til at færdes selvstændigt i offentlig transport Give den unge indblik i egen økonomi - At understøtte den unges forståelse af sammenhængen mellem søvn, sundhed og daglig funktion Livet som ung: - Styrke de unges mentale sundhed og trivsel og ruste dem til at passe på sig selv og hinanden - Udvikle den unges kompetencer i at tage stilling til dilemmafyldte spørgsmål vedr. venskaber, familie og kærester. - Styrke den unges kendskab til og forståelse af, hvordan rusmidler, alkohol og nikotin kan påvirke eget liv - Samtale om hvordan sociale medier påvirker unges sociale liv på godt og på ondt. - Tage stilling til og reflektere over personlige grænser, relationer, livsstil og levevilkår.
Fagets målgruppe	Faget er obligatorisk for alle unge på STU, på nær de unge på Basen. De unge deltager på skift, sammen med deres linjefag, i et forløb, der typisk strækker sig over ca. 12 undervisningsgange. Faget hjælper de unge med at udvikle kompetencer til at mestre egen hverdag, styrke selvstændighed og forberede sig på voksenlivet.

<table>
<tr><td>Fagets indhold</td><td>Indholdet på Mit Liv kører i et tre årigt rul, hvor uddannelsesåret 2026/2027 er 2.år. Alle unge vil i løbet af skoleåret 26/27, komme igennem indholdet fra 2. rul.

<table>
<tr><th>1. rul</th><th>2. rul</th><th>3. rul</th></tr>
<tr><td>Faste emner:
Intro og samarbejdsøvelser

Penge og budget

Lær at tage offentlige transportmidler

Besøg Jobcenter og borger-service

Selvstændig livsførelse:
- Rengøring i eget hjem

Digital tilgængelighed
- MitID
- Borger.dk
- e-Boks

CV

Kommunikation og samar-bejde</td><td>Faste emner:
Intro og samarbejdsøvelser

Penge og budget

Lær at tage offentlige transportmidler

Besøg Jobcenter og borger-service

Selvstændig livsførelse:
- Rengøring i eget hjem

Digital tilgængelighed
- MitID
- Borger.dk
- e-Boks

CV

Kommunikation og samar-bejde</td><td>Faste emner:
Intro og samarbejdsøvelser

Penge og budget

Lær at tage offentlige transportmidler

Besøg Jobcenter og borger-service

Selvstændig livsførelse:
- Rengøring i eget hjem

Digital tilgængelighed
- MitID
- Borger.dk
- e-Boks

CV

Kommunikation og samar-bejde</td></tr>
<tr><td>Specifikke emner:
Sunde fællesskaber
- Besøge Paraplyen og støttecenter

Personlig hygiejne
- Besøge ungehuset

Familie og familierelationer

Online adfærd

Hjernen: Tanker, tankemyn-der
- Besøge Krogen

- Besøge Samstyrken</td><td>Specifikke emner:
Selvværd og selvtillid

Taknemmelighed

Penge og budget
- Besøge Paraplyen i Varde

Rusmidler

Livet på nettet

Søvn

Besøge Center for sund-hedsfremme</td><td>Specifikke emner:
Skat, løn og lønsedler

Ensomhed og venskaber

Reklamer og markedsføring

Forsikringer

Konflikthåndtering</td></tr>
</table>
</td></tr>
<tr><td>Arbejdsformer</td><td>Emner og tematikker justeres årligt, ud fra de unges behov, f.eks. ud fra resultater fra Unge-profilundersøgelsen, men hvert hold modtager undervisning indenfor de samme emner, hvor undervisningsmaterialet differentieres efter de unge på de enkelte linjefag.

Undervisningen består både af ture ud af huset samt temaundervisning på STU'en.</td></tr>
</table>

	I det omfang det kan lade sig gøre, foregår undervisningen i trygge rammer, i linjefagets stamlokale. Undervisningen består af en kombination mellem gruppearbejde, samarbejdsopgaver og individuelle opgaver, hvor de unge skal forholde sig til emnernes indhold og debattere egen og andres rolle heri. Når undervisningen foregår i klassen, veksles der mellem PowerPoint oplæg, dialogspørgsmål, samarbejdsopgaver samt lytte og læse opgaver. Dette, for at give variation i arbejdsformer og derved forsøge at imødekomme de unges forskellige læringsforudsætninger. Undervisningen er dialogbaseret og giver de unge mulighed for at udtrykke og begrunde egne holdninger samt øve sig i at lytte til og respektere andres perspektiver på de emner og problemstillinger, der tages op Ved nogle af emnerne står de unge selv for at finde information på nettet og formidle deres viden videre til de øvrige unge på holdet. Her arbejdes der med forskellige formidlingsformer som PowerPoint, plancher, video og mundtlige oplæg. Undervisningen tilpasses den enkelte unge, og for unge, der er udfordrede af klasseundervisning, kan undervisningen foregå i andre læringsmiljøer samt justeres i længde og intensitet
Samarbejde	Der samarbejdes med banker, Varde Boligadministration, UU, Jobcenter, Borgerservice, Center for Sundhedsfremme, Paraplyen og Center for Voksenstøtte og Mestring. De unge får indblik i, hvordan disse instanser kan være behjælpelige for dem i hverdagen.
Den unges forventede læringsudbytte: - Personlige kompetencer - Sociale kompetencer - Faglige kompetencer - Praktik	**Personlige kompetencer:** - Have kendskab til hverdagens udfordringer og strategier til at håndtere dem. - Kan sætte ord på egne udfordringer, behov og ønsker. - Være bevidst om egne styrker, udfordringer og udviklingsmuligheder. - Bede om hjælp, hvis noget er svært. - Respektere egne og andres grænser inden for forskellige temaer. **Sociale kompetencer:** - Opnå færdigheder i at kunne indgå i dialog og argumentere for egne synspunkter på en respektfuld måde. - Evne til at udtrykke egne meninger, holdninger og behov. - Få forståelse for egen rolle og adfærd i sociale fællesskabet. - Opnå større indsigt i egne og andres erfaringer og styrkes i at navigere i hverdagens udfordringer. **Faglige kompetencer:** - Har kendskab til relevante offentlige instanser og støttemuligheder. - Kan forholde sig til konsekvenser af egen adfærd på nettet og i det offentlige rum. - Kan søge, udvælge og videreformidle relevant information. - Har viden om muligheder for at passe på sig selv og bidrage til andres trivsel. - Har indsigt i egen økonomi og forståelse for indtægter, udgifter og budgetlægning. **Praktiske kompetencer:** - Kan benytte offentlig transport og anvende Rejseplanen som redskab. - Kan udarbejde eget CV. - Har grundlæggende digitale kompetencer i forhold til e-Boks, Borger.dk og MitID. - Har kendskab til forsikringer og deres betydning. - Kan forstå og gennemgå egen lønseddel.

	- Kan udføre grundlæggende rengøring i eget værelse eller egen bolig. - Kan opstille og følge et enkelt budget. Det forventes ikke, at alle unge har mulighed for at tilegne sig alle kompetencer. Der udarbejdes derfor individuelle ressourcepapirer.
Dokumentation af den unges udbytte	Den unges læring og udvikling dokumenteres i dokumentet "den unges udbytte af STU" efter endt forløb. Det er underviserne på holdet, som evaluerer og dokumenterer den unges læring. Dokumentationen bygger blandt andet på observationer, dialog og den unges aktive deltagelse i undervisningen. Den unge bidrager med egne erfaringer og refleksioner i klassedialoger og fælles drøftelser af de forskellige temaer.
Dato for fagplan	August 2026.