



Kom godt i gang med studierne

Når du læser til socialrådgiver, skal du arbejde meget selvstændigt, og det kræver, at du får nogle gode studievaner.

Her får du tre råd til at komme godt i gang med studierne.



Dansk Socialrådgiverforening

1

Du skal lære at være studerende

Selvom du måske kommer lige fra gymnasiet eller tidligere har taget en erhvervsuddannelse, så kræver det noget helt andet at være studerende på socialrådgiveruddannelsen.

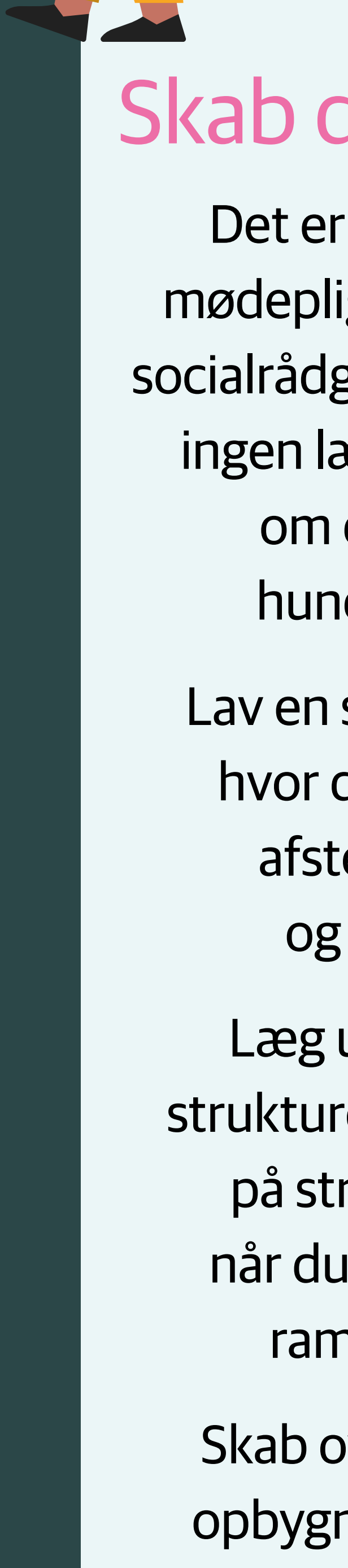
Nu er du ikke længere elev, men studerende, og det er vigtigt, at du ikke forventer af dig selv, at du er en god studerende fra dag ét. Det er noget, du først skal til at lære.

Find ud af, hvilke studieteknikker der virker for dig. Som studerende skal du arbejde meget selvstændigt, og du skal selv tage ansvar for din læring. Det kan kræve meget energi i starten.

Find balancen mellem studier og fritid. Planlæg din tid, så du kan nå dine studiemål, samtidig med at du har tid til at slappe af, være social og pleje dine interesser.

Husk også at passe på dig selv både fysisk og mentalt. Prioriter søvn, motion og sund kost for at holde dig sund og energisk. Vær opmærksom på dit mentale helbred.

Tal med nogen, hvis du føler dig overvældet eller stresset. Det kan være dine undervisere, studievejledere eller medstuderende.



2

Skab din egen struktur

Det er forskelligt, hvor meget mødepligt der er på de forskellige socialrådgiveruddannelser, og der er ingen lærer, der holder øje med, om du får læst de mange hundredesiders pensum.

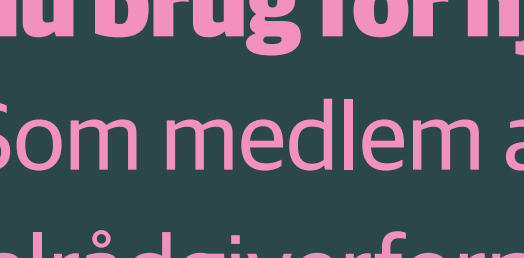
Lav en struktur for din hverdag, hvor du sørger for at komme afsted til undervisningen og får læst det du skal.

Læg ud med at være meget struktureret, og så kan du slække på strukturen hen ad vejen, når du finder ud af, hvor faste rammer du har brug for.

Skab overblik over semestrets opbygning – det får du i studieordningen og modulplanen – så du kan lægge færre planer i de perioder, hvor det spidser til med afleveringer. Det kan også give dig en fornemmelse af, hvilken del af pensum, der skal læses i detaljen, og hvad du bare skal forstå i store træk, så du kan prioritere din læsning efter studiets krav.

Brug en kalender eller en planlægningsapp til at holde styr på dine deadlines, eksamener og andre vigtige begivenheder.

Lav en ugentlig eller månedlig plan for dine studieaktiviteter, så du kan fordele din tid effektivt.



Har du brug for hjælp?

Som medlem af

Dansk Socialrådgiverforening kan du få rådgivning, adgang til webinarer og meget mere.

Læs mere på socialraadgiverne.dk/

3

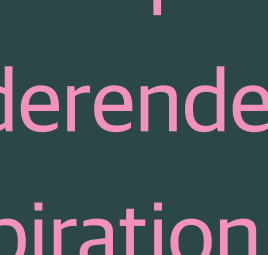
Sæt tid af til studiet

Det kræver meget energi at starte på et nyt studie, lære nye mennesker at kende og falde til.

Det kan være intenst, men det er en investering i en god studietid, så du kan med fordel sortere andre ting fra i en periode.

Det vigtigste er, at du prioriterer at komme til undervisningen og deltage aktivt. Du lærer mere, når du får drøftet det, du har lært, med dit hold. Du får ingen standpunktskarakter, så den eneste måde, du ved, om du er på rette spor, er ved at deltage aktivt, for så får du også løbende feedback fra underviserne.

Det er bedre at skimme en tekst og møde op, end at misse undervisning, fordi du ikke er forberedt.



Dansk Socialrådgiverforening

Kilde: Guiden er skrevet på baggrund af interviews med studerende og studievejledere og med inspiration fra Studenterrådgivningen, hvor du kan finde flere råd og værktøjer (srg.dk)