

# ***Efterårets program 2020***

***Akademiet for Talentfulde Unge Øst***

***Årgang 2020***

## Indhold

Velkommen til efterårsprogrammet på ATU Øst	s. 3
<b>Talent</b>	s. 6
Dyrk dit talent – Motivation	s. 7
<b>Fagligt Tema</b>	s. 8
Køn og ligestilling	s. 9
Cybersikkerhed mellem samfund, individ og teknologi	s. 9
De moderne nobelpriser	s. 10
Humanbiologi	s. 11
Filosofi og ungdomsliv	s. 12
<b>Studiekompetence</b>	s. 14
Effektive Studieteknikker	s. 15
Kritisk tænkning og kildekritik	s. 15
Akademiske skriveprocesser	s. 16
Stress og perfektionisme	s. 17
<b>Valgfrit program</b>	s. 18

## Velkommen til efterårsprogrammet på ATU Øst

Her kan du læse det fulde program for efteråret 2020 på Akademiet for Talentfulde Unge Øst.

Der venter inspirerende faglige oplæg, spændende workshops og projektarbejde inden for samfundsvidenskabelige, naturvidenskabelige og humanistiske emner. I talentmodulet sætter vi fokus på personlig udvikling ved at fokusere på **motivation**, og vi giver dig en række studiekompetencer, du kan tage med dig videre i uddannelsessystemet.

Det 2-årige diplomprogram består af i alt 100 obligatoriske timer inkl. en camp, svarende til 100 point. Dertil har du mulighed for at vælge en lang række enkeltstående oplæg i det valgfrie program. Hvert semester består af 20 **obligatoriske** timer og du sammensætter selv dit program ved at tilmelde dig:

- **En workshop i Talent** – vælg det tidspunkt, som passer dig bedst
- **Et kursus i Fagligt tema** – vælg ét af de udbudte kurser.
- **En workshop i Studiekompetence**: Vælg én af de udbudte workshops
- **En Valgfri workshop**: Vælg minimum ét valgfrit arrangement pr. semester

Oversigt over semesteret efterår 2020

<b>Talent</b>	<b>Fagligt tema</b>	<b>Studiekompetence</b>
<p style="text-align: center;"><b>Fortløbende</b></p> <p style="text-align: center;">En eftermiddag pr. semester á 3 timer + 1 times efterrefleksion</p>	<p style="text-align: center;">Der vælges mellem 5 forløb</p> <p style="text-align: center;">2-3 workshops pr. semester, i alt 9 timer</p>	<p style="text-align: center;">Der vælges mellem 4 forløb</p> <p style="text-align: center;">En eftermiddag pr. semester á 3 timer</p>
<p><b>1. semester</b></p> <p>Talent 1: Mål og mindset</p> <p><b>2. semester</b></p> <p>Talent 2: Motivation</p> <p><b>3. semester</b></p> <p>Talent 3: Feedback</p> <p><b>4. semester</b></p> <p>Talent 4: Samarbejde</p>	<p><b>Samfundsvidenskab</b></p> <p>1. Køn og ligestilling</p> <p>2. Cybersikkerhed mellem samfund, individ og teknologi</p> <p><b>Naturvidenskab</b></p> <p>3. De moderne nobelpriser</p> <p>4. Humanbiologi</p> <p><b>Humaniora</b></p> <p>5. Filosofi og ungdomsliv</p>	<p>Effektive studieteknikker</p> <p>Stress og perfektionisme</p> <p>Kritisk tænkning og kildekritik</p> <p>Akademiske Skriveprocesser</p>
<h2>Valgfrit program</h2>		

## Tilmelding

21. august åbner ATU Øst for tilmelding til det **obligatoriske program** samt det **valgfrie program** for august og september 2020. De efterfølgende måneder åbnes der for det **valgfrie program** den 15. i hver måned, hvor du har mulighed for at melde dig til ét arrangement. Den 17. hver måned åbner vi op, så du kan tilmelde dig alle månedens valgfrie aktiviteter.

Grundet den aktuelle situation med COVID-19 udbygges det valgfrie program udbygges løbende i semesteret, så hold øje med *Planorama ME*.

Du tilmelder dig kurser og workshops via vores kursussystem Planorama. Systemet findes også som app og kan downloades via din app-store. Søg på kodeordet: *Mit Planorama*.

Vi vil bede dig om at orientere dig på *Planorama ME* – her ligger detaljeret information om de enkelte arrangementer. Vigtige opdateringer og evt. ændringer modtager du altid pr. mail og SMS.

Når du er logget ind på *Planorama ME*, får du let et overblik over dette semesters kurser og workshops samt dine tilmeldinger. Du kan ligeledes se, hvilke aktiviteter, du har deltaget i tidligere.

## COVID-19

ATU Øst følger de aktuelle retningslinjer for COVID-19. Vi vil i videst muligt omfang gennemføre undervisningen med fysisk fremmøde, men nogle arrangementer vil også blive afholdt online. Ved fysisk fremmøde beder vi alle overholde gældende regler:



### Vask hænder

Hyppig og grundig håndvask og evt. hånddesinfektion, hvis hænderne er rene og tørre.



### Begræns fysisk kontakt

Undgå håndtryk, kindkys og kram. Undgå især kontakt med personer, der har symptomer på forkølelse og/eller luftvejsinfektion.



### Udvis god hosteetikette

Host eller nys i engangslømløstørklæde, alternativt i albuebøjningen.



### Bliv hjemme ved sygdom

Oplever du sygdomssymptomer, bør du blive hjemme, så du ikke udsætter andre for smittefare.



### Vær opmærksom

Særligt på steder, hvor der færdes mange mennesker, eksempelvis offentlige transportmidler.

## Erstatning af manglende timer/point

Bliver du **forhindret** i at deltage i en workshop i det **obligatoriske program**, skal du gøre følgende:

- I det **Faglige tema** skal du tilmelde dig én eller to valgfrie aktiviteter som erstatning, så du opnår det samme antal point, som du mangler i det obligatoriske program (antal point pr. aktivitet fremgår i Planorama ME).
- I modulerne **Studiekompetence** eller **Talent**, skal du i videst muligt omfang tilmelde dig en anden studiekompetence- eller talentworkshop.

Du kan i pointtælleren på Planorama ME følge med i, hvor mange point du har optjent. Pointene gives, når du har deltaget i de forskellige workshops.

### ***Obligatoriske evalueringer***

Hjælp os med at lave bedre arrangementer! Derfor er det nødvendigt, at du hver gang udfylder den obligatoriske evaluering, inden du går hjem fra undervisningen.

### ***Multiple Choice-test***

Efter undervisning i det obligatoriske program udsendes en multiple choice-test. Formålet med denne er at give dig mulighed for at teste, om du har fået de væsentligste pointer fra dagens undervisning og repetere den nye viden. Samtidig får underviseren mulighed at tilpasse det faglige niveau.

### ***Kontakt os***

Her du spørgsmål til praktikken omkring afviklingerne, så kontakt Lena Bredlund, [lena@talentfuldeunge.dk](mailto:lena@talentfuldeunge.dk)

Har du spørgsmål til det faglige indhold på programmet, så kontakt Karen Pasquali Povlsen, [karen@talentfuldeunge.dk](mailto:karen@talentfuldeunge.dk)

Vi glæder os til at høre fra dig!

Mange hilsner  
ATU Øst

# *Talent*

## **Dyrk dit talent – motivation**

Oplever du, at det til tider kan være svært at tage en beslutning? At vælge til og fra, når det hele lyder spændende? På workshoppen kommer du til at se nærmere på begrebet *motivation*, som er tæt knyttet til dine personlige værdier.

Når vi føler os motiveret, begynder vi at handle, tænke og føle. Vi kan både være motiverede til at opnå eller til at undgå noget. Men hvordan skelner du den oprigtige motivation fra den falske? Her er den store udfordring at kende sine værdier, finde dem, udfolde og forstå dem, acceptere dem og arbejde med dem. I den forbindelse er *enneagrammet* et godt sted at starte, fordi *enneagrammet* beskriver ni forskellige motivationsprofiler, der alle bygger på unikke og præcise værdier. Ved at lære mere om motivation i teori og praksis bliver du bedre til at vælge til og fra ift. de rigtige ting, træde ind eller ud af relationer på det rigtige grundlag samt træffe beslutninger, der skaber mening og værdi for dig selv og dem omkring dig.

### *På workshoppen lærer du:*

- Hvordan du selv motiveres og udvikler dit talent bedst muligt
- Kvaliteten af din motivation og dermed, om du handler ud fra det bedst mulige fundament
- Hvordan du motiverer eller inspirerer dem omkring dig
- Hvordan vi motiveres af helt forskellige ting og dermed reagerer forskelligt på f.eks. teamarbejde, opgaveløsning, læring mv.

### *Medbring:*

På talentworkshoppen skal du sørge for at medbringe pen og notepapir.

### *Underviser:*

Flemming Christensen ejer konsulent- og undervisningsvirksomheden **THINK ABOUT IT**, der træner det gode lederskab samt det værdiskabende teamarbejde. For virksomheden handler det gode lederskab om at undersøge sine værdier og dermed de kræfter eller motiver, som styrer vores handlinger. Det gode teamarbejde handler om at skabe ekstraordinære og bæredygtige resultater sammen med en kollega, det formelle og uformelle team, afdelingen og hele organisationen.

**THINK ABOUT IT** er indtrådt i samarbejdet med ATU Øst for at bidrage til, at unge mennesker får de bedste muligheder for at blive gode ledere i deres eget liv samt værdiskabende teamspillere – uanset hvilken karriere, der kalder på den unge og uanset under hvilke omstændigheder, deltagerne ønsker at anvende deres faglige og menneskelige færdigheder.

# *Fagligt Tema*



# Samfundsvidenskab

## Køn og ligestilling

Hvorfor foretrækker nogle mennesker at blive kaldt *dem* eller *den* fremfor *hun* eller *han*? Og hvorfor er blå blevet en 'drengefarve' og lyserød en 'pigefarve'? Den aktuelle ligestillingsdebat handler i høj grad om køn, men diskussionen om ligestilling gennemsyrrer alt: fra ubevidste forestillinger om kønsroller, bestyrelsesgangene og fordeling af barsel internt i familien.

Vi hører tit, at vi har ligestilling i Danmark, og at alle uanset køn, seksualitet og etnicitet skal behandles lige. Det betyder f.eks., at alle skal have lige muligheder for uddannelse og job. Men hvordan hænger dette sammen med, at kvinder i gennemsnit får mindre i løn end mænd? At blive behandlet lige handler også om vores generelle muligheder for at have det godt. Derfor kigger vi på, hvordan det kan være, at der begås mere vold mod kvinder af mænd end omvendt, og hvorfor kvinder generelt lever sundere og længere end mænd.

I dette forløb ser vi nærmere på køn og ligestilling. Du får gennem et kulturhistorisk perspektiv en forståelse af, hvad køn er, og hvorfor det er årsag til så meget debat. Igennem workshoppen ser vi kritisk på kønsnormer og diskuterer, hvad ligestilling indebærer, og hvad der skal til for at opnå det.

### På kurset lærer du:

- Forskellige begreber til at forstå køn og køns betydning
- En kritisk tilgang til at reflektere over kønsnormer i samfundet
- En kritisk tilgang til at reflektere over, hvad ligestilling indebærer
- Mulighed for at reflektere over egne muligheder og barrierer, så du kan blande dig i samfundsdebatten

### Underviser:

Matilde Lykkebo Petersen er ekstern lektor på DIS på afdelingen for Køn og Seksualitetsstudier, hvor hun bl.a. har undervist i seksualitetens historie, i pornografi som kulturelt fænomen og i nye familieformer. Hun har en ph.d. fra Syddansk Universitet om ægdonation i Danmark, der gennem et feltstudie på fertilitetsklinikker undersøger, hvordan det er at være ægdonor. Matilde har bl.a. lavet en virtual reality film og underviser nu også i nye medier og online fællesskaber på DIS.

## Cybersikkerhed mellem samfund, individ og teknologi

Cybersikkerhed regnes for en af de største sikkerhedstrusler mod vores samfund og levevis – senest viser Corona-krisen, at vores daglige liv er uløseligt forbundet med digitale løsninger. Men den øgede digitalisering gør os også sårbare for digitale trusler og stiller krav til, at vi for-

mår at beskytte os tilstrækkeligt. På den ene side bliver digitaliseringen ledsaget af politiske, sociale og økonomiske muligheder, men på den anden side lurer stigende usikkerhed og sårbarhed.

Danmark er helt i front i den digitale udvikling, og i dette forløb ser vi nærmere på, hvad cybersikkerhed er. Vi undersøger blandt andet hvem, og hvad der er truet, hvor cybertrusler stammer fra, og hvordan man kan genkende dem. Vi vil også kigge på, hvem der har ansvaret for at håndtere cybertrusler, og hvordan cybertrusler går på tværs af det offentlige og det private.

Cybersikkerhed handler også om vores daglige interaktion med digitale teknologier. Derfor vil vi undersøge, hvordan kultur og adfærd hænger sammen med digitalisering og cybersikkerhed. Du vil også blive introduceret for konkrete eksempler, der handler om cyberangreb mod stater, virksomheder og individer. Her vil du lære om, hvordan vi kan imødegå dem.

#### *På kurset lærer du:*

- En generel introduktion til samfundsvidenskabelige forståelser af cybersikkerhed
- Indblik i internettets og digitaliseringens historie
- Forståelse for adfærdsmæssige problematikker som cybertruslen genererer
- Forståelse for hvordan cybersikkerhed går tværs af mange af de skillelinjer, som vi normalt organiserer samfundet efter
- Konkrete eksempler på cyberangreb
- Erfaring med at læse og forstå avancerede videnskabelige tekster

#### *Underviser:*

Tobias Liebetrau forsker i international politik og cybersikkerhed ved Center for Militære Studier på Institut for Statskundskab, Københavns Universitet. Han har specialiseret sig i cybersikkerhed fra et politik- og samfundsperspektiv, herunder særligt forholdet mellem EU, stater og virksomheder samt digitale stormagtskonflikter under grænsen for krig. Han har tidligere været ansat ved Center for Cybersikkerhed under Forsvarets Efterretningstjeneste.

## *Naturvidenskab*

### *De moderne nobelpriser*

Bag enhver nobelpris gemmer sig en historie om hårdt arbejde, store opdagelser, drama og livslang forskning. Nobelprisen er den mest ærefulde pris inden for videnskaben, og den gives hvert år til personer, der har leveret afgørende bidrag inden for områderne litteratur, medicin, fysik, kemi, økonomi og fred. I denne workshop dykker vi ned i detaljerne i de seneste tre nobelpriser i fysik for at få indsigt i, hvad der i dag betragtes som de vigtigste forskningsemner inden for fysik.

Vi vil tage udgangspunkt i Nobelkomiteens videnskabelige beskrivelser af prismodtagernes forskning samt relevante videnskabelige artikler fra de mest prestigefyldte videnskabelige tidskrifter, som du normalt ikke har adgang til. Meget af workshoppen kommer altså til at handle om at læse svære tekster.

I modsætning til de fleste af de tekster, som du bliver præsenteret for i gymnasieundervisningen, er teksterne i denne workshop nemlig rigtige videnskabelige tekster (på engelsk) skrevet af eksperter til eksperter. Normalt vil du som gymnasieelev ikke have en chance for at forstå disse tekster, men via øvelser vil du blive guidet igennem artiklerne, så du får hovedbudskaberne. Sidst i forløbet vil vi også prøve på at gætte, hvem der vinder Nobelprisen i fysik i 2020.

Workshop 1: Nobelpris 2017 - Detektionen af gravitationsbølger

Workshop 2: Nobelpris 2018 - Optiske pincetter og ultrakorte optiske pulser

Workshop 3: Nobelpris 2019 - Universets udvikling og opdagelser af exoplaneter

Faglige forudsætninger: Grundlæggende engelskkundskaber og interesse for naturvidenskab.

#### *På kurset lærer du:*

- Viden om forskningsfelter, der har haft afgørende betydning for vores forståelse af verden og for vores moderne teknologier
- Kendskab til forskellige måle- og analyseteknikker, der bruges i moderne forskning
- Erfaring med at læse avancerede videnskabelige tekster

#### *Underviser:*

Bjarke Takashi Røjle Christensen har en ph.d. i eksperimentel atom- og laserfysik, og han er ansat som læringskonsulent ved LIFE under Novo Nordisk Fonden. Han har en baggrund som forsker og underviser ved både Niels Bohr Institutet og gymnasier i Hovedstadsområdet. I 2017 var han blandt finalisterne i årets Ph.d. Cup, som har til formål at sprede dansk forskning ud til en bred offentlighed ved at sætte fokus på de bedst formidlede ph.d.-afhandlinger fra landets universiteter. Bjarke har ikke modtaget en nobelpris.

## ***Humanbiologi***

Hvordan virker kroppen? Hvilke fysiologiske ændringer sker der, når du arbejder, eller når du bliver syg? Lægevidenskaben bliver stadig klogere på de enkelte funktioner og sammenhænge i menneskets krop. På dette faglige forløb dykker du ned i tre centrale områder af kroppens anatomi, fysiologi og regulering.

På den første workshop kommer du til at forstå og arbejde med et af kroppens vitale organer – *hjertet*. Du kommer til at se på dette organ i sammenhæng med kredsløbet og undersøger blandt andet, hvordan hjertet finder ud af, at vi motionerer. På den anden workshop får du et indblik i *nervesystemet* og cellernes funktion, og hvordan nervegiften *novichok*, der blev brugt i England i 2018, påvirker kroppen. På tredje og sidste workshop udforsker du endokrinologien og undersøger, hvordan *hormonerne* i kroppen virker og regulerer vækst, blodsukker, urinproduktion og reproduktionen.

Undervisningen vil veksle mellem oplæg og gruppearbejde med relevante kliniske og fysiologiske cases.

#### *På kurset lærer du:*

- Om tre centrale områder af kroppens anatomi, fysiologi og regulering
- Om forskelle mellem den raske og syge menneskekrop
- At gennemgå konkrete cases inden for de tre områder

#### *Underviser:*

Morten Bækgaard Thomsen er lektor på Biomedicinsk Institut, Københavns Universitet. Han er kursusleder på faget Basal Humanbiologi, som alle medicinstuderende skal igennem. Derudover forsker han bl.a. i hjertet, herunder hjerterytmeforstyrrelse og -fejl.

## *Humaniora*

### *Filosofi & ungdomsliv*

Ungdommen har altid været udskældt, misundt og beundret, men hvordan opleves det egentlig at være ung i dag? Debatten om de unge er præget af mange modsætninger, og det kan være svært at finde ud af, hvad der er sandt, og hvad der er falsk. Undersøgelser peger på, at der hos ungdommen i dag er en præstationskultur, der i sit omfang adskiller sig fra tidligere generationer, men hvor kommer præstationskulturen egentlig fra? Er den et resultat af et stigende pres fra forældre og samfund, konstant adgang til sociale medier, høje adgangskrav til uddannelsesinstitutioner eller noget helt fjerde? Hvor meget af den stammer fra de unge selv?

I filosofien forsøger vi at forstå, hvilke antagelser, ofte implicite, vi hver især går rundt med, hvorfor det nogle gange kan være svært at finde et fælles grundlag eller forstå hinanden, og hvad vi kan gøre ved det. Således kan man i filosofien finde selvindsigt, inspiration og retning i en stadig mere kompliceret verden – ikke mindst i forhold til ungdomsliv.

På kurset bliver du præsenteret for flere filosofiske perspektiver inden for emner som *Oplevede og fornuftsbaseede sandheder*, *Den menneskelige natur*, *Lykke forstået som selvrealisering* og *Forholdet mellem fællesskab og individ*. Med udgangspunkt i filosoffer som Aristoteles, Sartre, Rawls og Taylor vil du dels få indblik i deres filosofier, dels blive bedt om, individuelt og i grupper, aktivt at tage stilling til, hvor du positionerer dig selv i det filosofiske landskab.

#### *På kurset lærer du:*

- Om centrale filosoffer og deres tænkning
- At anvende denne tænkning til at belyse ungdomsliv
- Filosofisk metode til at belyse spørgsmål

*Underviser:*

Silas Longfors er cand.mag. i filosofi fra Københavns Universitet. Herudover har han afholdt flere kurser for unge med filosofien som omdrejningspunkt og lavet meget frivilligt arbejde for unge bl.a. i Amnesty International og danske fængsler.

# *Studiekompetence*

## **Effektive studieteknikker**

Når notat-, læse- og hukommelsesteknik optimeres, styrkes den dybere forståelse og selvstændige tænkning. Nye sammenhænge og større stofmængde kan bringes i anvendelse. Dette er især vigtigt, når du går fra at være gymnasieelev til at studere på universitetet.

På denne workshop får du udvidet din metodiske værktøjskasse og bliver klædt på til dine fremtidige studier og arbejdsliv, hvor der bliver skruet op for kompleksiteten og selvstændigheden i opgaveløsningen. Samtidig vil workshoppen bidrage til, at din studietid rent fagligt bliver så spændende og udfordrende som overhovedet muligt ved at give dig de nyeste teknikker til bearbejdning af viden og information.

Workshoppen, og de teknikker som præsenteres, tager udgangspunkt i den nyeste viden om læring og hjernens funktioner, og da det netop er en workshop, vil du afprøve de lærte teknikker med det samme, så du kan opleve, hvordan de virker.

Du skal selv medbringe læsemateriale i form af i alt tre fagbøger, gerne spredt ud over de tre videnskabsretninger naturvidenskab, samfundsvidenskab og humaniora, samt fire penne i forskellige farver og noget at notere på.

### *På workshoppen lærer du:*

- Hvordan din hjerne opfatter, bearbejder og husker information og viden
- Hvordan du kan huske det, du har læst – også til eksamen
- Hvordan du kan komme pensum igennem flere gange på samme tid
- Hvordan du kan tage hurtige, brugbare notater vha. mindmap
- Tips til hvordan du kan top-performe til dine eksamener

### *Underviser*

Konsulent, cand.merc. Mads Brøbech har i 11 år undervist studerende, ledere og specialister i at bruge hjernen bedre til at studere og lære mere effektivt – fra gymnasieelever til MBA-studerende. Mads Brøbech har undervist i Mindmapping på ATU de sidste to semestre.

## **Kritisk tænkning og kildekritik**

Mediebilledet er under hastig forandring. Forholdet mellem viden, penge og magt er i videnssamfundet mange-facetteret, og det kræver viden og indsigt at forstå de forskellige mekanismer, der træder i kraft, når for eksempel forskningsresultater bliver offentliggjort i nyhedsmedier. Hvordan navigerer du bedst muligt i dette landskab, når du skal finde ny viden til dine opgaver og studier – ikke kun i gymnasiet, men også fremadrettet?

På denne workshop vil du bl.a. få indsigt i, hvordan kildekritik hænger sammen med kritisk tænkning og god videnskabsformidling. Du vil få indsigt i, hvordan nogle af landets bedste videnskabsformidlere arbejder for at sikre at den viden, offentligheden præsenteres for, er så solid som overhovedet muligt.

*På workshoppen lærer du:*

- Om kildetyper
- Kildekritisk metode
- Troværdige medier
- Hvordan du skriver præcist og formidlende på samme tid

Workshoppen udbydes i samarbejde med Videnskab.dk. Beskrivelsen af workshoppen vil blive uddybet.

### ***Akademiske skriveprocesser***

#### ***– Tænk selv! Skriv selv!***

Kunne du tænke dig at blive bedre til at skrive opgaver ved f.eks. at arbejde mere fokuseret og at lade nysgerrigheden og dit engagement i emnet være selve drivkraften?

Gode faglige skriveprocesser driver tænkningen fremad, åbner for nye indsigter og gør effektivt brug af den tid, der er til rådighed. Men hvordan kan du forbedre dine skriveprocesser?

Denne workshop vil give dig indsigt i skriveforskningen og derved gøre dig bedre i stand til at forstå egne personlige skriveprocesser, og hvordan disse kan forbedres.

Du introduceres til forskningsbaserede redskaber, modeller og strategier til effektiv problemorienteret tekstproduktion. Din nye værktøjskasse vil give dig et bedre og langt større overblik over din opgaveskrivningsproces, og du vil få et større læringsudbytte ved at skrive – og så vil du få metoder til, hvordan du kan fastholde dit eget engagement, når du kaster dig ud i skrivningen.

Til workshoppen skal du medbringe egen computer, og den skal være fuldt opladet.

*På workshoppen lærer du:*

- Om udvalgte skriveteoretiske principper
- Om hvordan opgaveskrivningsprocesser kan planlægges
- Om krav til fagligt og videnskabeligt sprog
- Værktøjer til at effektivisere din skriveproces
- Værktøjer til at skrive problemorienteret

*Underviser:*

Tine Wirenfeldt Jensen, ph.d. i læring og uddannelse, ekstern adjunktvejleder på Syddansk Universitet og beskikket censor i censorkorpset for Retorik.



## ***Stress og perfektionisme***

Mange studerende, både i gymnasiet og på de videregående uddannelser, oplever at skulle håndtere stress, perfektionisme og eksamensangst på ét eller andet tidspunkt. Det kan påvirke overskuddet til at være nysgerrig og motiveret, hvilket er rigtig ærgerligt for den enkelte.

At lære nyt er ikke altid "a walk in the park". Der kan opstå mange typer af udfordringer og menneskers handlemønstre er ofte også meget forskellige.

Men hvad er stress egentlig rent fysiologisk? Hvordan opstår den og er det noget, man måske kan forebygge sker?

Meld dig på denne workshop og få forskningsbaseret viden om, hvad stress er, og hvordan den kan håndteres i forbindelse med intensive læringsprocesser.

### *På workshoppen lærer du:*

- Hvad stress er og hvilken biologisk funktion den har
- Hvordan stress påvirker hjernen
- Om den nyeste forskning i mindset og stress
- Teknikker, der kan træne dig i at ændre syn på stress i pressede situationer

Workshoppen udbydes i samarbejde med Københavns Universitets Studenterrådgivning.

# *Valgfrit program*

## August

### ***Lær at lave en podcast til unge lyttere***

Produktionsselskabet Wingman Media lever af at udvikle nye idéer til podcasts og radioprogrammer, som de sælger til forskellige radiostationer. Et eksempel er podcasten 'Politikerbogklubben', hvor to politikere læser skønlitteratur, som de ellers ikke har tid til. Håbet er nemlig at gøre dem mere empatiske, da forskningen viser, at netop læsning af skønlitteratur gør mennesker mere empatiske – og hvem vil ikke gerne være det?

Mød journalist Anders Christiansen, der fortæller om, hvordan Wingman Media udvikler indhold og nye programformater. I lærer om podcasts som medie, om virkemidler og målgrupper. Bagefter skal I selv idéudvikle koncepter til podcasts målrettet unge lyttere. Til sidst får I feedback på jeres idéer.

## September

### ***Skoda – markedsføring via reklamefilm***

Skoda sælger meget andet end biler og ekstraudstyr. De sælger også drømme – og videreudvikler hele tiden nye teknologier og tiltag, som kan fastholde kunderne. For eksempel appen *Min Skoda*, der fortæller, hvor ens bil holder parkeret og giver overblik over bilens tilstand.

Salgsrådgiver Mathias Busck Vinter fortæller om Skoda og virksomhedens arbejde med kunde-loyalitet og markedsføring, f.eks. reklamefilm til sociale medier. I lærer om reklamefilmgenren, om forskellige fortælle- og appelformer og målgrupper. Bagefter skal I selv idéudvikle reklamefilm for Skoda, som I får feedback på.

Workshoppen er en del af et nyudviklet undervisningsforløb, som er målrettet talentfulde elever i gymnasiet. Arrangementet er velvilligt støttet af Børne- og Undervisningsministeriet.

### ***Study Abroad***

Universiteter med navne som Harvard, Oxford, Cambridge og Yale møder mange kun i film og tv-serier. Alligevel er der flere og flere danskere, som kommer ind på verdens absolutte topuniversiteter. Men hvordan gør de så det, og hvem kan hjælpe dig med også at komme ind? Kom med, når ATU i samarbejde med Danish Students Abroad (DSA) inviterer til workshop om ansøgning, optag, hjælp og finansiering.

#### *Om Danish Students Abroad*

Workshoppen er et samarbejde mellem Danish Students Abroad (DSA) og ATU. DSA er en frivillig forening, som hjælper danskere, der ønsker at læse i udlandet, både igennem personlig vejledning, politisk repræsentation og karriererådgivning. DSA repræsenterer de over 2000

medlemmer politisk og drager ofte nytte af dette netværk, når danske studerende og gymnasieelever skal hjælpes på vej ud i verden som en del af deres uddannelse.

Seminaret afholdes også i samarbejde med Project Access, der er et internationalt non-profit start-up, som hjælper kandidater, uanset baggrund, ind på topuniversiteter over hele kloden ved at trække på et stort mentornetværk.

## ***Kreativ Tænkning***

Hvordan styrker og udvikler du din egen kreativitet? Og hvad vil det sige at være kreativ i en videnskabelig kontekst?

Baseret på den seneste hjerneforskning får du i denne workshop indblik i, hvordan kreative mennesker tænker. Gennem en spændende kombination af historier, anekdoter og videnskab vil Dorte Nielsen vise, hvordan man kan sætte sin egen medfødte kreativitet mere i spil og blive bedre til at tænke kreativt.

På workshoppen lærer du teknikker, afprøver metoder og prøver kræfter med den kreative proces. De anvendte metoder kan bruges inden for mange forskellige områder: Fra verdensmål til produktudvikling, fra idégenerering til samfundsudvikling.

### *Om Dorte Nielsen*

Dorte er underviser og forsker i kreativitet og har udgivet en hel håndfuld af bøger om kreativ tænkning. Dorte er uddannet fra Den Grafiske Højskole, The School of Communication Arts i London, og The International Center for Studies in Creativity, New York, hvor hun har en Master of Science i Kreativitet. Hun har grundlagt uddannelsen Kreativ Kommunikation på DMJX. I dag leder Dorte Nielsen Center for Kreativ Tænkning og er dedikeret til at hjælpe andre med at blive bedre til at tænke kreativt i folkeskolen, erhvervslivet og på ledelsesgangene.

## ***Rockwool holder øllet koldt og kaffen varm***

Kreativitet og nytænkning gennemsyrrer de store udviklingshaller hos *Rockwool innovation factory*, hvor kun 1 ud af 100 idéer nogensinde kommer i produktion. Rockwool kan bruges til meget andet end isolering. Det kan holde øllet koldt og kaffen varm, det kan bruges til terrorsikring, til lyddæpende parasoller og til at bygge flygtningelejre med.

Leder af innovation factory, Michael Emborg, fortæller om, hvordan Rockwool arbejder med innovation. Bagefter skal I selv idéudvikle nye produkter, som Rockwool gerne vil hjælpe jer videre med – hvis idéerne er unikke nok.

Workshoppen er en del af et nyudviklet undervisningsforløb, som er målrettet talentfulde elever i gymnasiet. Arrangementet er velvilligt støttet af Børne- og Undervisningsministeriet.

## ***Fremtidens natur***

Jorden er en levende planet – fyldt med mange forskellige livsformer. Men hvilken rolle spiller arter som f.eks. mårhund, vaskebjørn og honningbien i det store kredsløb?

Desværre er den varierede og rige biodiversitet nu under pres. Vi hører dagligt om biodiversitetskriser, klimakriser og kollaps i bestanden af insekter. Ja, sågar bliver ordet 'masseuddød' ofte bragt i spil. Som reaktion på alle kriserne er der nu en stigende interesse for bæredygtighed.

Til arrangementet hører du om baggrunden for biodiversitetskrisen – hvor stærk den er, og hvad der styrer den. Men også hvordan vi sikrer en rig biodiversitet i fremtiden. Og du får en temperaturmåling på tilstanden i de tropiske skove, savanner og den danske natur. Du kommer også til at høre om koblingen mellem biodiversitetskrisen og klimakrisen.

### *Om Jens-Christian Svenning*

Professor i økologi, Jens-Christian Svenning, er centerleder for et stort internationalt forskningscenter med titlen *Center for Biodiversitetsdynamik i en Verden under Forandring*.

## ***Biodiversitet og FN's verdensmål***

Biodiversitet og bæredygtig produktion er i fokus hos landbruget *Bondegården*, der arbejder fokuseret på at leve op til FN's verdensmål. Landbruget har 50-60 fritgående Hereford-kvæg og producerer også wagyu-kød fra japansk kødkvæg – kendt som kvæget der får øl, massage og sød musik.

Landbrugets indehaver, Jørgen Skou Larsen, viser rundt på arealerne og fortæller om produktionen og arbejdet med at leve op til FN's verdensmål. Bagefter skal I indsamle og registrere arter, måle på biodiversiteten og komme med forslag til, hvordan *Bondegården* kan forbedre biodiversiteten. I får naturligvis feedback på jeres arbejde.

Workshoppen er en del af et nyudviklet undervisningsforløb, som er målrettet talentfulde elever i gymnasiet. Arrangementet er velvilligt støttet af Børne- og Undervisningsministeriet.

## ***Hvad skriver forfatterne om corona?***

Pludselig kom corona og ændrede alle dagsordener – også litteraturens. Inden corona stod den humanitære krise og klimakrisen stærkt i den krisebevidste samtidslitteratur. Men i det tidlige forår 2020 blev tavlen visket ren. Mens alle var i hjemmekarantæne og kulturlivet blev tvunget i dvale, blev forfatterne inviteret til at skrive i aviserne og til forskellige projekter på nettet. Vi følger coronaens spor i dansk litteratur. Fra Digt 0, de første essays og videre frem.

Arrangementets deltagere er litteraturredaktør og cand.phil. Jes Stein Pedersen, Politiken, litteraturkritiker Klaus Rothstein samt forfatter Kristina Stoltz og Jens Christian Grøndahl.

## Oktober

### ***Syntetisk biologi og iGEM konkurrencen***

Genmodificerede organismer sættes ofte lig med naturkritisk biologi, der udføres bag lukkede døre. Men hvordan griber man egentlig det at re-designe naturen an? Og hvorfor gør man det overhovedet? Til dette arrangement får du et indblik i det fremadstormende forskningsfelt *syntetisk biologi* og bliver introduceret til iGEM, som bl.a. arrangerer verdens største konkurrence i syntetisk biologi.

### ***Hvad gør vi med klimaet***

I dette debatarrangement sætter vi fokus på klimaet: Vi ser på, hvad klimaet gør ved os, og hvad vi gør ved klimaet. Hvad gør klimaet ved Danmark, og hvad gør Danmark ved klimaet? Hvad gør klimaet ved København, og hvad gør København ved klimaet? Og endelig zoomer vi ind på dig: Hvad kan du gøre ved klimaet? Til at gøre os klogere på dette felt er: professor Kirsten Halsnæs, DTU, cand.arch., klimachef Jørgen Abildgaard, Københavns Kommune og cand.scient.soc. og projektleder Mikael Bellers Madsen, CONCITO.

Arrangementet er samarbejde med Folkeuniversitet.

### ***Sorte Huller Åbent Akademi***

Sorte huller kan være nøglen til at forstå universet. Nye fremragende værktøjer som LIGO og EHT vil give ny indsigt i sorte huller. Med andre ord vil næste generation af astrofysikere komme til at skrive historie om universets sammenhæng.

Til dette Åbent Akademi zoomer vi ind på emnet fra forskellige vinkler. Sammen med forskere fra Niels Bohr Institutet ser vi med videnskabshistoriske briller på de sorte huller og forsøger at forstå, hvordan Einstein udviklede relativitetsteorien med så stor træfsikkerhed. Hvordan kunne han regne sig frem til noget så afgørende for forståelsen af universet og samtidig så langt fra datidens forståelsesramme?

Og så skal vi se på, hvad vi i dag ved om sorte huller. Hvilken rolle spiller de sorte huller i universet? Hvilke forskellige typer af sorte huller er indtil videre observeret? Hvordan kan det lade sig gøre at lave afbildningerne og sidst: Hvor er forskningen på vej hen nu?

Videnskabsjournalist Henrik Prætorius vil være dagens kyndige vært og moderator.

## November

### ***Magtens Atlas***

Hvor meget magt har statsministeren egentlig? Er det den post, man skal gå efter, hvis man ønsker størst mulig indflydelse i Danmark, eller kan der være andre veje at gå? Interesserer du dig for antropologi og netværksstudier? Så er dette lige et arrangement for dig.

Kom med og hør sociolog Christoph Houman Ellersgaard fortælle om sin forskning i netværk og magtalliancer i Danmark. Christophs forskning bygger på mere end ti års intensive studier og kortlægninger af mere end tusinde bestyrelser, fonde og udvalg, netop med det formål at undersøge, hvem det er, der når ind i landets mest magtfulde kredse.

Tag med på en rejse ind i den sociologiske metode og den viden, den skaber, når magtfulde netværk granskes.

#### *Om Christoph Houman Ellersgaard*

Christoph er assistant professor ved CBS, og har magteliten i Danmark som sit forskningsområde. I sine undersøgelser benytter han mange forskellige tilgange og metoder inden for sociologien samt kombinerer mange forskellige typer af data. Christoph Houman Ellersgaard har sin ph.d. fra Sociologi på Københavns Universitet.

### ***Tolkning og oversættelse***

Diplomati, internationalt samarbejde og kulturel sameksistens handler om gensidig forståelse – også i bogstavelig forstand. Professionelle tolke og oversættere er ikke kun gode til at tale og forstå fremmedsprog: De sætter også i høj grad deres kulturviden i spil, når de arbejder på tværs af flere deldiscipliner og i forskellige sammenhænge.

Er du en sprognørd? Så kom med til denne spændende workshop arrangeret af *Det Nationale Center for Fremmedsprog ved Københavns Universitet*.

Sammen med andre ATU-elever har du nu muligheden for at dykke ned i og afprøve tolknings og oversættelsens kunst i en interaktiv workshop. Du vil både høre et teoretisk oplæg om tolkning og oversættelse, og du vil skulle prøve kræfter med begge dele, både fra engelsk og fra dit 2. fremmedsprog.

Du vil gennem arrangementet blive introduceret til et fagfelt, som har mange internationale jobmuligheder, bl.a. som tolk eller oversætter i EU, og du vil lære ting, du også kan bruge i dit arbejde med at lære fremmedsprog på gymnasiet.

## ***Jens Lundgren - topforsker og professor i infektionssygdomme Åbent Akademi***

Coronavirus har siden starten af året sat dagsordenen i hele verden som global pandemi. Jens Lundgren, professor i infektionssygdomme, er én af de ledende virusforskere i Danmark og har været én af de mest anvendte eksperter under Covid-19 krisen. Jens Lundgren har bl.a. siddet med i den ekspertgruppe, der rådgiver sundhedsstyrelsen om både retningslinjer og strategi under Covid-19 krisen, og har også som bl.a. tovholder på et studie om lægemidlet Remdesivir sat aftryk på internationalt plan.

Jens Lundgren vil på Åbent Akademi give indblik i sit arbejde med patientforsøg og behandling af Covid-19.

## ***Vold – viden og perspektiv***

Hvad ved vi om vold? Hvilke typer af vold findes? Og hvordan fordeler volden sig mellem køn? Til at gøre dig klogere på dette felt er eksperterne: Ph.d. Bo Wagner Sørensen, cand.scient.pol. Mikael Barfod, lektor, ph.d. Sofie Danneskiold-Samsøe, Professionshøjskolen Metropol, lektor, ph.d. Yvonne Mørck, Roskilde Universitet og forstander cand.scient.soc. Katrine Nordbjærg, Kvindehjemmet.

## ***Test dit eget DNA***

Hvad gør dig forskellig fra din nabo? Danmarks Tekniske Universitet inviterer til en eksklusiv workshop om gener og DNA. Dagen vil bestå af både foredrag i teknisk biomedicin og bioteknologi, samt praktiske øvelser i laboratoriet. Du vil blive ført igennem teorien bag PCR og får også mulighed for at prøve at teste dit eget DNA. Der vil desuden være en rundtur på DTU.

Dette spændende dagseminar med forelæsning og efterfølgende workshop afholdes af studerende ved DTU. På workshoppen vil der blive mulighed for at arbejde intensivt med at afprøve teori i praksis.

## **December**

### ***Mød nobelprismodtager Donna Strickland***

Kom og mød nobelprismodtager Donna Strickland. I foredraget fortæller hun, hvordan hun ved hjælp af grundforskning udført af blandt andre H.C. Ørsted, har udviklet laserlys til at kunne langt mere end tidligere. Den viden påvirker vores mobiltelefoner og øjenoperationer.

Strickland er den tredje kvinde, som har fået Nobelprisen i Fysik – de to andre er Marie Curie in 1903 and Maria Goeppert Mayer in 1963.



## **Hannah Arendt – tænkningens filosofi**

Hannah Arendt er en af det 20. århundredes mest interessante tænkere og har i det seneste årti opnået fornyet aktualitet. Måske fordi hun fokuserer på mennesket som et handlende og politisk væsen og fordi hun er optaget af at forstå, hvad der skal til, for at mennesket kan udfolde sig frit og som selvstændigt individ.

Mange kender til hovedværket: *Ondskabens banalitet*, hvor Hannah Arendt undersøger Eichmann, som var én af Naziregimet værste og mest magtfulde bureaukrater. Her er hovedpåstanden, at Eichmann ikke var dæmonisk, han var derimod tankeløs, en påstand som stadig vækker stor debat fordi den stiller spørgsmålet: Hvad er tænkning så?

Et andet hovedværk af Hannah Arendt er *Åndens liv*, der netop er oversat til dansk. Her undersøger hun hvad tænkning er og hvad moralsk og politisk handlen er.

En af dem, der ved allermest om Hannah Arendt i Danmark er Claus Christoffersen. Claus Christoffersen underviser i idéhistorie på Folkeuniversitetet i København, og er en ivrig foredragsholder om Hannah Arendt, Weimarrepublikken, Berlin, Wien og Preussen.

Kom med på en spændende tour de force ind i filosofiens verden med fokus på én af de mest aktuelle tænkere fra det 20. århundrede.