

HETA STOLEN

Alla sitter på stolar i ring. Det ska finnas en stol mer än det finns deltagare.

Ledaren säger påståenden som alla tar personlig ställning till.

- De som håller med byter i lugn och ro plats.
- De som inte håller med sitter kvar.
- De som inte vet hur de tycker just nu sitter kvar.

När alla fått tid att ta ställning så frågar ledaren någon/några om deras tankar kring påståendet.

Du som ledare kommenterar inte.

Om du i egenskap av ledaren vill så kan du efter avslutad övning öppna en diskussion om något specifikt påstående som du upplevde att deltagarna reagerade speciellt mycket på. Det är inte tillåtet att kommentera andras åsikter utan bara föra fram sina egna.

Exempel!

Här nedan följer tre exempelfrågor på temat vänskap.

- Det är skillnad på en kompis och på en vän.
- En väljer aktivt sina vänner.
- Det är viktigt att en vän alltid är ärlig

Värderingsövningar

Arbetet med värderingsövningar kan bidra till en ökad medvetenhet om sina egna attityder och mål.

Det kan också ge ökad förståelse för sin roll i samhället vilket kan bidra till större säkerhet och engagemang. Vidare kan arbetet stötta individen till ökad samstämmighet mellan uttalad attityd och faktiskt agerande.

Kom ihåg!

- Övningarna syftar till att ge deltagaren tillfälle att tänka, känna, välja, kommunicera och handla.
 - Arbeta för en god stämning.
 - Du som ledare kommenterar inte.
- Det är inte heller tillåtet för deltagarna att kommentera andras åsikter utan bara föra fram sina egna.
 - Om du i egenskap av ledaren vill så kan du efter avslutad övning öppna en diskussion om något specifikt påstående som du upplevde att deltagarna reagerade speciellt mycket på.

Tips!

Med värderingsövningar kan du diskutera alla ämnen i grupp. Anpassa frågorna efter åldern på deltagarna eller temat ni arbetar med.

