

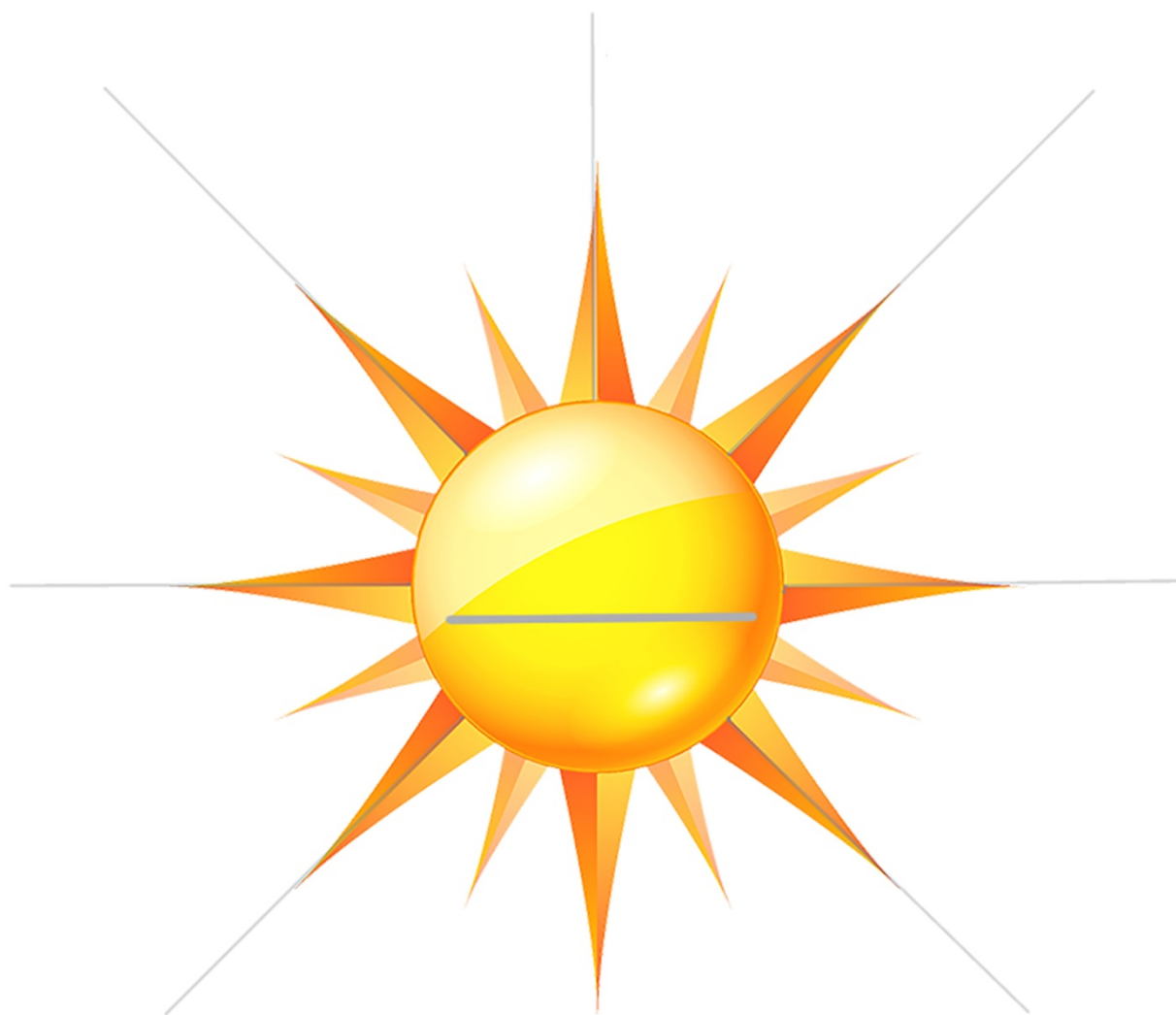
Øvelse

Pedagogisk sol

Øv opp selvinnsikt og bevissthet!

Skriv starten på aktuell setning inn i sola, for eksempel – Velvære for meg er å.....

Fullfør setningen i sola slik at du får 5-7 fullstendige setninger:



Se baksiden for mer:

Gruppedialog:

Alle deler noen av setningene med de andre i gruppen, uten å kommentere selv eller at de andre kommenterer det som blir lest opp. Kun lese opp; Velvære for meg er.....

Alle gjør dette i tur og orden.

Deretter snakker dere sammen om:

1. Hvordan var det å dele det du hadde skrevet?
2. Hvordan var det å dele uten å forklare eller kommentere?
3. Hvordan var det å ikke kommentere når den/de andre leste opp sitt?
4. Hvilke tanker (assosiasjoner/refleksjoner) gjorde du deg når du lyttet til den/de andre?
5. Hva har du lært/opdaget gjennom denne øvelsen?