

Pedagogisk sol



Dette kan du oppnå

Bevisstgjøring, for eksempel oppdage det som har betydning for den enkelte, som kan lede til endring.

Slik bruker du "pedagogisk sol"

Ut fra aktuell tematikk, skriv en ufullstendig setning i sirkelen. På figuren ser du et eksempel.

1. Du gir en kort beskrivelse av hva øvelsen går ut på, for eksempel

I denne øvelsen skal vi rette oppmerksomheten til hva som er viktig for den enkelte. Dere skal hver og en fullføre den ufullstendige setningen i sola, slik at det blir 5 til 7 meningsfulle setninger (10 min).

Når dere har skrevet setningene (individuelt), sitter dere sammen 2 - 3 stk og begynner med å lese opp setningene, ingen skal kommentere. Etterpå snakker dere sammen om spørsmålene 1-5 på arket dere har fått.

2. Du leder dialog og refleksjon

I øvelsen spørres det etter 5-7 endelser på setningen, dette fordi man da virkelig må jobbe med egen selvinnsikt. De 2-3 første er man godt kjent med og de kommer gjerne automatisk. Oppgaven kan oppleves vanskelig i starten, men trening hjelper. Det er et poeng å øve seg i å bli oppmerksom på det tema som er valgt, bli mer bevisst på hva dette betyr for en.

Etter at gruppene er ferdige, kan du lede an med f.eks disse spørsmålene:

- *Hvordan var det å fullføre setningene?*
- *Hva oppdaget du?*
- *Hvilke setninger var vanskelige å fullføre?*
- *Hva skal til for at setninger kan fullføres?*

- *På hvilken måte kan dette vi har snakket om nå være en hjelp?*

Du laster ned eget ark (Pedagogisk sol) til deltakerne på nettsiden Mestringforalle.no