

FÖRSKOLEKLASS
Modul 3

Vilja och beslut

MODUL 3: Vilja och beslut

Period: Jullovet till sportlovet

Förmåga: Att uttrycka sin vilja, ta medvetna beslut och träna förståelsen för konsekvenser.

1. Övning: Val och beslut
2. Övning: Vad ska bort?
3. Övning: Vad väljer du?

Modul 3 Vilja och beslut

Inledning

Vad behöver vi veta för att kunna ta beslut som vi är nöjda med? Varför blir det inte alltid som vi tänkt oss? Att kunna se olika valmöjligheter och förstå de kortsiktiga och långsiktiga konsekvenserna av våra beslut är viktigt för att känna att vi kan påverka vår framtid. För att öka elevernas valkompetens och deras förmåga att se olika handlingsalternativ, behöver de träna på att ta beslut. Det finns mycket i elevernas vardag som inte bara påverkar deras förmåga till koncentration och inlärnin g utan även deras mående. Förutom trygghet i sig själva och i gruppen, påverkar händelser på fritiden hur eleverna fungerar i sin vardag.

I Modul 3 får eleverna mer kunskap om gruppens betydelse för individen, och hur de kan träna på att ta kloka beslut och sedan hålla fast vid dem. Att känna trygghet i sina beslut ökar samtidigt förutsättningarna att stå upp för sig själv och att göra sin röst hörd, vilket är en viktig grundambition i Barnkonventionen. Genom denna modul vill vi ge eleverna en bättre möjlighet att påverka sina liv och samhället – idag och i framtiden.

Förmåga:

Att uttrycka sin vilja, ta medvetna beslut och träna förståelsen för konsekvenser

Att göra val och ta beslut – stärka sin valkompetens

Vi fattar tusentals beslut varje dag. Genom att bli medveten om våra beslutsprocesser, och vilka beslut och situationer vi känner oss säkra eller osäkra i, kan vi stärka vår grundtrygghet. Vi kan hitta strategier, eller ta hjälp av andra, för att hantera situationer där vi har svårt att bestämma oss.

Det kan många gånger kännas svårt att fatta ett beslut på grund av att vi påverkas av vår omgivning, eller för att vi vill olika saker som krockar med varandra. Om vi kan få större förståelse för vad som ligger bakom vår vilja och vad som påverkar oss, kan vi lära oss att prioritera och välja utifrån detta. Då blir det lättare att stå upp för våra åsikter och att vara nöjda med våra val och därmed även med oss själva.

Gruppträck

På samma sätt som våra beslut påverkar andra människor i vår omgivning, påverkar vår omgivning oss och våra beslut. Gruppträck finns överallt: I familjen, kompisgänget, klassen och i vårt gemensamma samhälle. Vi har ett behov av att känna tillhörighet och trygghet. Det finns en kraft i att vara en del av en grupp, ett sammanhang, som kan backa upp och stötta oss när vi behöver det. Att trivas på lång sikt i en grupp bygger på att vi delar värderingar och drivkrafter. Rädslan att bli utstött från gruppen kan få oss att agera mot våra värderingar, något som vi i längden inte mår bra av. Självledarskapsträning stärker förmågan att kunna granska den egna viljan utifrån våra personliga värderingar och vårt samvete, vilket ger oss bättre förutsättningar att stå emot negativt gruppträck.

Eftersom vi behöver ta många beslut om dagen styrs majoriteten av våra val av följande grundprinciper:

- Vi tenderar att välja det vi alltid har valt, för att slippa tänka efter och att behöva granska olika alternativ.
- Under stress eller ambivalens väljer vi gärna det som andra väljer för att slippa ta beslut.
- Vår kognitiva belastning leder oss ofta till att välja det alternativ som ger oss snabbast belöning.

Våra beslut påverkas även av andra faktorer såsom:

- Tidigare erfarenheter (goda som dåliga).
- Familjens åsikter och förväntningar.
- Kompisars åsikter och förväntningar.
- Olika sorters medier.
- Kultur, traditioner och religion.

1. Övning: Val och beslut



Syfte:

Redan i förskoleåldern består vardagen av många beslut som barnen behöver fatta. Genom denna övning får eleverna träna på att göra val och bli mer medvetna om vad som påverkar dem i deras beslut. Detta leder till ett stärkt självledarskap och en ökad förståelse för hur de aktivt kan delta i olika beslut i skolan, bland annat kring sitt lärande, vilket i sin tur leder till ökad motivation. Denna form av medvetenhetsträning ökar förutsättningarna för kloka beslut även i svåra situationer, och stärker därmed även elevernas välmående och självkänsla. En annan effekt av denna övning är att tryggheten i gruppen ökar.

Genomförande:

1. Som inledning på lektionen får eleverna ta några snabba beslut. Eleverna ska välja vilket de föredrar utifrån två alternativ. Se förslagen nedan. Eleverna visar om de föredrar alternativ 1 eller 2 genom att hålla upp ett eller två fingrar, eller en eller två händer, i luften. Alternativt kan de få gå till två olika ställen i klassrummet. Läs upp (eller visa bilder på) nedanstående alternativ. Fyll på med egna alternativ vid behov.

Alternativ 1:

Blå
Morot
Tumvante
Gunga
Banan
Lego

Alternativ 2:

Röd
Gurka
Fingervante
Klättra
Äpple
Pussel

Sammanfatta genom att berätta att det är viktigt att kunna ha och uttrycka en egen åsikt även om andra i gruppen tycker annorlunda.

2. Berätta för eleverna att nu när de värmt upp sin beslutsförmåga ska de få träna på, och fundera över vad de kan vara med och påverka under en lektion. Berätta att fokus nu är "Vilja och Beslut". Visa gärna bilden:



3. Introducera ett arbetsområde och berätta om vilka olika arbetssätt som eleverna kan välja mellan när de arbetar. Till exempel: Bokstavsarbete – eleverna ska forma och känna igen versaler och gemener och kan välja mellan att:

Bygga bokstäver med lego eller kaplastavar.	Måla bokstäver med vattenfärg.
Lägga bokstäver i pärlplattor.	Känna igen bokstäver i Memory.
Forma bokstäver med hjälp av kroppen.	Färglägga bokstäver utifrån färdiga mallar.

Eleverna väljer minst tre av alternativen ovan, men bestämmer själva i vilken ordning de gör dem.

4. Eleverna gör sina val och arbetar med arbetsområdet. Avsluta lektionen med att reflektera tillsammans med eleverna kring deras val utifrån dessa frågor:

- Vad var det som styrde ditt val? Gjorde du ett eget val eller valde du samma som en klasskompis?
- Är du nöjd med ditt val och hur du gjorde ditt val?
- Valde du ett arbetssätt som du är van vid för att det kändes tryggt, eller valde du att prova ett annat sätt?
- Är det något du vill göra annorlunda nästa gång?

Kommentar:

Fördjupa arbetet genom att berätta om Barnkonventionen och att den är en av Sveriges lagar. Berätta att det bland annat står att "Barn har rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör barnet." Diskutera följande:

- Varför tränar vi på att ta beslut?
- När behöver vi ta beslut i vår vardag?
- När kan det vara jobbigt att bestämma sig för hur man vill göra eller vad man vill ha?

Eleverna får ge förslag på situationer som ni samtalar om i helklass. Det kan vara att välja leksak eller att bestämma en lek under rasten. Diskutera även förslag på lösningar, till exempel att genom lottning avgöra vilken lek de ska leka.

2. Övning: Vad ska bort?



Syfte:

Eleverna får träna på att begrunda och reflektera över sina val. De tränar på att våga uttrycka sin åsikt och att motivera sina beslut, men också att lyssna på hur andra tänker. Genom denna process ökar elevernas förståelse för att det oftast inte bara finns ett rätt, utan det är viktigt att vara nyfiken och hitta olika lösningar och nya sätt att tänka. Övningen tränar även elevernas kreativitet, som i sin tur skapar engagemang och motivation hos eleverna.

Inledning:

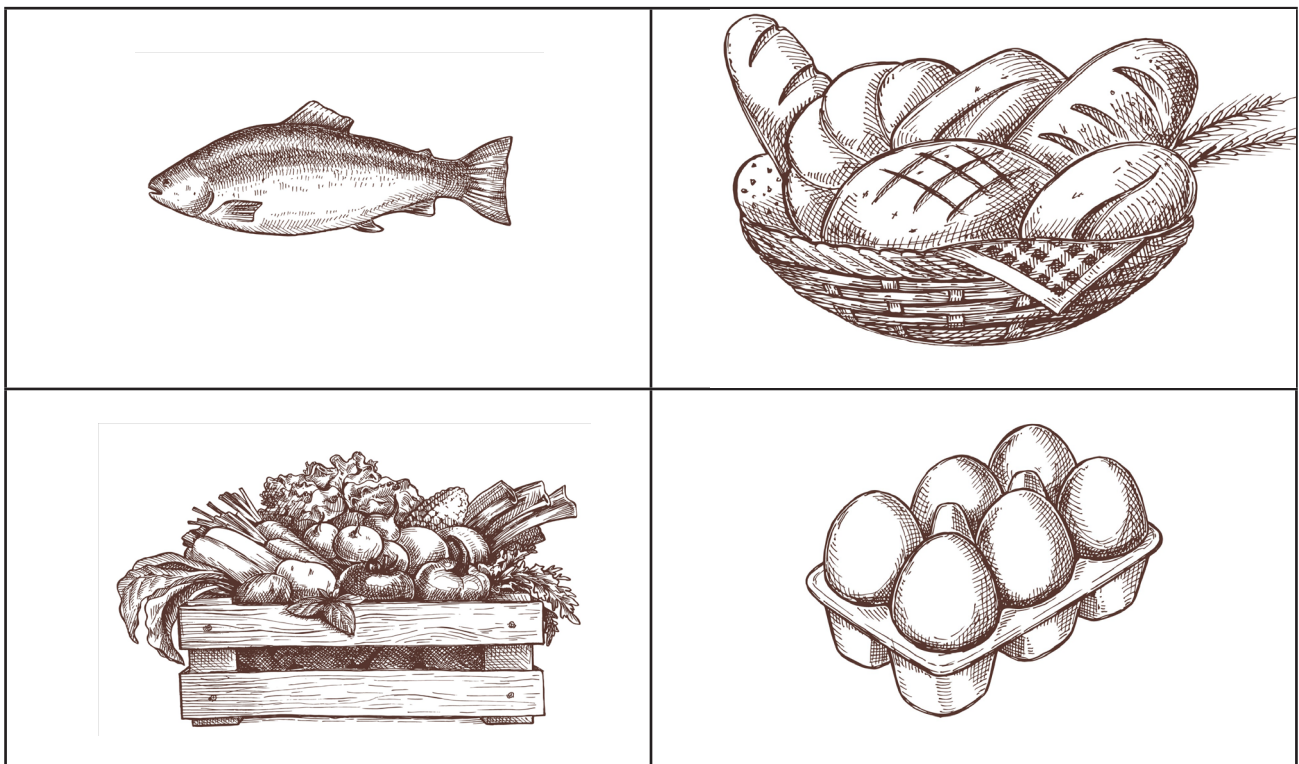
Bestäm vilket innehåll du vill ha i övningen. Du kan koppla det till ett arbetsområde och använda siffror, bokstäver, bilder och föremål, eller välja att utgå från de bilder som finns i slutet av denna övning. Eleverna får se fyra bilder (eller föremål) i taget och sedan motivera vilken bild de tycker ska bort.

Genomförande:

1. Dela in eleverna i mindre grupper.
2. Visa bilderna på nästa sida och låt grupperna diskutera tillsammans och motivera sina val.
3. Repetera syftet med övningen och fråga eleverna om de har förslag på hur den kan användas i andra sammanhang.

Kommentar:

Övning kan användas vid lektionsstart för att rikta fokus på en specifik fråga eller ett tema där du tar fram tre bilder kring samma tema och en bild som visar något annat. Det kan vara kroppsdelar, djur eller något annat ni ska arbeta med.



3. Övning: Vad väljer du?

**Syfte:**

Genom denna övning får eleverna träna på att ta beslut, samt att reflektera kring och motivera sina beslut. De får även träna sig på att våga uttrycka sig och att lyssna på andra. En annan effekt av denna övning är att tryggheten i gruppen ökar.

Inledning:

I övningen får eleverna ta ställning till olika scenarier och förklara hur de tänker. Välj ur förslagen nedan eller kom på egna frågor som du tycker passar gruppen.

Genomförande:

1. Dela in eleverna i par och berätta om uppgiften. Börja med ett gemensamt exempel, så att eleverna förstår hur övningen går till. Eleverna får fundera tyst en stund innan du själv berättar vad du skulle välja. Du motiverar även varför du skulle göra detta val, och om det finns något som är viktigt att tänka på, några långsiktiga konsekvenser som du har tagit hänsyn till vid ditt val. Exempelvis:

- Om jag fick bestämma mig för två maträtter, och inget annat, som jag skulle äta resten av mitt liv så skulle jag välja...
- Varför väljer jag just dessa? Jo, därför att...
- Vad kan vara viktigt att tänka på när man väljer? Ja, jag tänkte på vad min kropp behöver...

2. Låt nu eleverna göra samma sak. Ställ en fråga i taget och låt eleverna parvis diskutera en kort stund efter varje fråga, vad de väljer och varför de tycker att det är rätt beslut.

- Du får dricka två drycker resten av ditt liv, vilka två väljer du?
- Du får äta två frukter resten av ditt liv, vilka två väljer du?
- Du får spela två spel resten av ditt liv, vilka två väljer du?
- Du får välja två idrotter resten av ditt liv, vilka två väljer du?
- Du får leka två lekar resten av ditt liv, vilka två väljer du?

3. Sammanfatta övningen med att eleverna får berätta om ett val, samt motivera varför de valde som de gjorde. Om de kan får de även ge exempel på vad som kan vara viktigt att tänka på vid detta val, till exempel att man kan få hål i tänderna om man dricker saft flera gånger om dagen.

Kommentar:

Fortsätt att samtala kring vad eleverna tycker är lätta respektive svåra beslut att fatta. Diskutera vilka konsekvenser ett beslut får för omgivningen, för hur du själv eller andra mår, för miljön och så vidare.

