

Förmåga: Bromsa dina impulsreaktioner genom helikopterperspektiv

Övning: Är det sant, snällt, nödvändigt?



HELIKOPTERPERSPEKTIVET

Verktøget hjälper oss att se på en situation utifrån, från ett annat perspektiv.

När vi stannar upp och reflekterar ser vi ofta flera lösningar.



Introduktion till pedagogen:

Det är viktigt att vara medveten om hur vi pratar med varandra och att vi alla påverkar vår gemensamma omgivning. Genom att se en situation ur ett helikopterperspektiv blir vi mer medvetna om våra val och de efterföljande konsekvenserna. I och med detta ökar chanserna att vi fattar långsiktiga och kloka beslut. Genom att ställa sig tre frågor kan eleverna skapa en strategi som hjälper dem att tänka efter före: Är det sant? Är det snällt? Är det nödvändigt?

Syfte:

I denna övning får eleverna reflektera över hur våra ord och vårt agerande får konsekvenser. Genom att lära sig att stanna upp och tänka efter innan vi gör eller säger något, ökar chansen att vi agerar rätt mot både oss själva och andra. Vi tränar förmågan att ta medvetna beslut.

Material:

Eventuellt papper och pennor.

Genomförande:

1. Alternativ 1: Viskleken

Eleverna sitter på ett led. Du viskar en kort mening till personen som sitter längst ut i ledet och personen ska sedan visa vidare samma budskap till grannen. Meningen ska viskas igenom hela ledet och när den når den sista personen ska denne säga meningen högt. Var det samma mening eller har den förändrats under viskandet?

Alternativ 2: Rita - Skriv - Rita

Dela in eleverna i grupper om sju till åtta personer. Låt första eleven skriva ett ord längst upp på ett papper. Person två läser ordet och försöker rita ordet (inga bokstäver). Därefter viker person två över det första ordet, så att person tre endast ser skissen/det ritade. Person tre ska skriva vad hen ser och viker sedan över skissen. Sista person vecklar upp hela pappret. Är det första och det sista ordet/skissen samma, eller har det förändrats under resans gång?

2. DISKUSSION:

- Vad hände från första ord till slutresultat? Vad beror detta på?
- Vi har alla varit med om att rykten sprids. Finns det en risk att en situation förvrängs och blir till något annat när det berättas om i många led?
- Vad kan vi göra för att undvika falsk ryktesspridning? Vad kan vi göra om vi märker att det sker? (Ta gärna upp sociala medier och principen om att det är lättare att skriva något elakt om någon som man inte har framför sig. Koppla till källkritik och källmedvetenhet.)

Avslutning:

3. SAMMANFATTA: Genom att ställa sig tre frågor: Är det sant? Är det snällt? Är det nödvändigt? kan man lättare avgöra om budskapet kan spridas eller bör stoppas. Om svaret på någon av frågorna är NEJ bör vi inte sprida informationen vidare, men är svaret istället JA på alla frågor så kan vi vara trygga med att budskapet kanske till och med kan göra någon annan glad.

Berätta för eleverna att dessa tre frågor även kan vara bra att ställa till sig själv om man är i konflikt med någon. Frågorna hjälper oss att få tid att tänka och istället för att säga något elakt kanske vi kan se under ytan och säga "Varför säger du så?"

4. UTVÄRDERING: Vad har du lärt dig med denna övning?

