

Förmåga: Utveckla din personlighet genom medvetna val

Övning: Mitt träd

**Syfte:**

I denna övning får eleverna ökad förståelse för vad värderingar är och vilka värderingar som är viktiga för just dem. Våra värderingar styr de mål vi sätter upp för oss själva. Här får eleverna sätta upp mål för sin personliga utveckling.

Material:

Elevblad "Mitt träd".

Pennor.

Genomförande:

1. Se filmen: Vad är viktigt i ditt liv? <https://www.youtube.com/watch?v=W9W2B6Qf-xw>
2. Dela ut elevblad "Mitt träd" till varje elev. Låt dem sedan enskilt skapa sitt värderingsträd utifrån:
 - Rötterna: Vad behöver du för att må bra?
 - Stammen: Hur vill du vara som person?
 - Kronan: Hur vill du påverka andra människor och din omgivning?

Avslutning:

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

Spara träden för att låta eleverna titta på dem lite då och då. Det blir en påminnelse om de tankar, värderingar och mål som de har och strävar efter att nå.

Elevblad
Mitt träd



Kronan

Hur vill jag påverka andra
människor och min omgivning?

Stammen

Hur vill jag vara som person?



Rötterna

Vad behöver jag för att må bra?