



Heta stolen om grupptryck

En värderingsövning där de aktiva tar ställning till olika påståenden genom att byta stol eller sitta kvar.

 15-30 min  För aktiva

Instruktioner

Syfte

- Träna på att ta ställning till olika situationer.
- De aktiva får uppleva att det finns olika sätt att se på saker.
- Skapa ett bra underlag för en diskussion i de aktuella ämnena.

Material och förberedelser

Läs igenom påståendena och följdfrågorna innan du gör övningen med dina aktiva. Välj de påståenden du tycker passar din träningsgrupp (se påståenden nedan). På så vis kan du välja den ordning på frågorna som du tror ger din grupp en bra ingång till diskussioner. Följdfrågorna är viktiga i övningen, då det är här som de aktiva får möjlighet att diskutera sina åsikter och tankar. Lägg gärna till egna följdfrågor!

Förbered stolar i en ring. En stol mer än antalet aktiva. Övningen går också att göra i exempelvis ett omklädningsrum med bänkar.

Gör så här

1. Samla de aktiva på var sin stol i en ring (alt. omklädningsrummet). Se till att ni har en tom stol i ringen.
2. Berätta att du kommer att läsa upp olika påstående. De aktiva ska ta ställning till påståendena utifrån vad de själva tycker, det finns inga rätt eller fel. Det är inte tillåtet att kommentera någon annans ställningstagande.
3. Efter varje påstående kommer ni att diskutera tillsammans. Uppmuntra de aktiva att visa om de ändrar sig under diskussionens gång, och tänk på att fördela ordet så att olika barn och unga får komma till tals. Stanna inte för länge vid samma fråga, utan gå vidare till en ny fråga om du märker att diskussionen avtar.

De aktiva svarar på följande sätt:

- Håller med påståendet (ja): ☒ reser sig upp och byter plats
- Håller inte med påståendet (nej): ☒ sitter kvar
- Vill svara kanske: ☒ sitter kvar och lägger armarna i kors

Påståenden och följdfrågor

- **Det är viktigt att vara med i en grupp**
Varför är det viktigt? Inte viktigt?
- **Ibland gör jag saker på träningen bara för att kompisarna gör det**
Varför kan det bli så? Vad kan du göra om du tror att någon är med även fast han/hon inte vill?
- **Det är viktigt att kompisar/lagkamrater gillar samma saker som mig**
Varför tycker du så? Vad kan vara bra med att gilla olika saker?
- **Det är svårt att stå emot gruppsyck**
Vad är gruppsyck? När är det svårt/lätt? Vad kan hända? Hur kan ni göra för att få de andra i gruppen att våga säga vad de tycker?
- **Alla grupper behöver en ledare**
Varför behövs det? Varför inte? Finns det grupper utan ledare? Kan en grupp ha olika ledare beroende på vad gruppen ska göra? Vad bestämmer vem som är ledaren?
- **Jag kan alltid välja vilka grupper jag tillhör**
Vilka grupper är frivilliga och vilka är tilldelade? Har ni alltid möjlighet att lämna en grupp ni inte trivs i? Vad kan det få för konsekvenser? Hur kan ni veta om andra är med i en grupp frivilligt eller inte? Vems ansvar är det att alla trivs i en grupp?
- **Många strävar efter att ha hög status**
Hur märker ni det? Varför är det så? Är det viktigt att ha hög status? Hur vet ni om någon har hög status? Hur påverkas andra av att någon har hög status?

Kommentarer



Vad tyckte du om övningen?

Skanna QR-koden & lämna gärna en kommentar.