# Härliga havet!

I den här övningen ska deltagarna hitta en bra egenskap hos sig själva, skriva ner egenskapen och därefter ska gruppen sammanställa alla egenskaper.

30 min För barn och unga

## Instruktioner

### Syfte

- Öka självkänslan hos deltagarna.
- Träna på att synliggöra goda egenskaper för varandra.

### Material och förberedelser

Förbered papperslappar i form av fiskar.

### Gör så här

1. Ge varje deltagare en fisk.
2. Nu ska deltagarna komma på en bra egenskap hos dem själva, till exempel omtänksam, nyfiken, snäll, påhittig, rolig och så vidare, som de skriver (eller får hjälp att skriva) på sin fisk.
3. Ibland är det svårt att komma på bra egenskaper om sig själv, då kan ni hjälpas åt att tillsammans komma på bra egenskaper om varandra.
4. Därefter skapar ni tillsammans ett hav genom att alla deltagare får måla med blåa och gröna färger på ett stort papper.
5. Låt deltagarna sedan dekorera och färglägga sina fiskar och sätt fast dem i havet.
6. Sätt upp alstret någonstans i era lokaler.

### Tips!

Vill ni inte göra fiskar kan ni göra hjärtan eller liknande.

Vad tyckte du om övningen?

Skanna QR-koden & lämna gärna en kommentar.