

# Hitta lösningen!

För lärare



## Beskrivning

Det här är en övning som har fokus på problemlösning och att förstå att känslor inte alltid beror på de människor som finns omkring oss just nu. Människors beteende och känslor kan bero på det som hänt tidigare eller på något som ska hända i framtiden. Vi kan inte ta ansvar för alla andra människors tankar och känslor. Vi måste börja med oss själva, och hitta lösningen på de problem vi själva har. I den här övningen får vi undersöka påhittade karaktärers problem, men med våra kunskaper och erfarenheter som hjälp.

## Material

Det finns **fem ungdomar** som alla har lite olika känslor just nu. Infotexten finns beskrivet under varje bild. Skriv ut på A4:or eller A3:or eller visa på skärm.

## Anvisningar

Jobba enskilt, i par eller grupp. Du kan välja om alla jobbar med samma bild eller om alla ska ha olika. Vill ni jobba med olika situationer så delar du in gruppen i mindre grupper.

Ge den tid som grupperna behöver för att svara på frågorna. De får gärna anteckna så de minns vad de diskuterar och kan presentera både problemen och lösningarna för alla om det känns bekvämt.

## Färdigheter som övas

Empati och medkänsla

Samskapande

Närvaro

Samhörighet

Perspektivfärdigheter