

Utveckling av en grupp

Upplever du att det finns problem i gruppens sätt att samtala med varandra?

Samtalsklimat, hårda ord, någon form av mentalitet som trycker ner någon? Hur ser kommunikationsmönstret ut mellan tjejer och killar? Respekteras allas åsikter? Är någon väldigt tyst? Pratar någon för mycket? Har ni överenskommelser i gruppen som inte respekteras?

Gör så här:

Jag tycker att vi behöver prata om

(ex. hur vi samtalar med varandra, jag tycker att en del inte lyssnar på vad andra säger.)

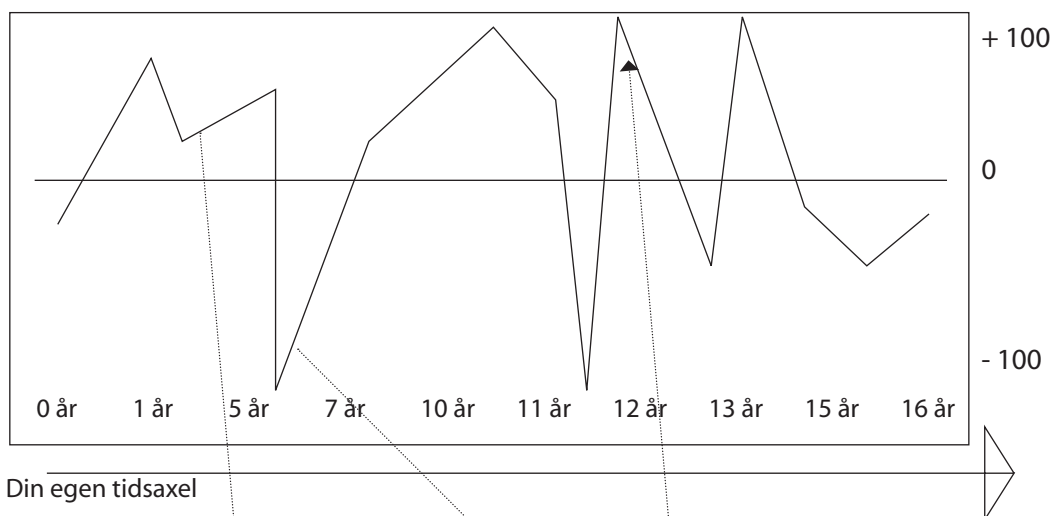
Jag vill att vi tar en runda runt detta. Jag vill att alla säger vad ni tycker och upplever i den här frågan.

Den som har föremålet talar, de andra lyssnar tills alla har fått säga vad vi alla tycker. Ingen avbryter en som talar. Vi talar om hur vi upplever det och säger ”jag tycker ...” ”jag önskar ...” ”jag vill ...”

Försök sedan sammanfatta vad ni kommit fram till. Ev. en runda till.

Har ni svårt att lära känna varandra? Prova livskurvan!

1. Skriv ner de viktigaste händelserna du kommer att tänka på.
2. Gradera de positiva erfarenheterna 0 till +100
3. Gradera de negativa erfarenheterna 0 till -100
4. Fyll i dem på schemat.
5. Berätta vad du skrivit och beskriv dina känslor och vad du känner nu inför dessa händelser.



Ex. Föddes, var sjuk som liten, cyklade omkull, bröt armen. Flyttade till Burträsk, mobbades, lärde mig slalom. Morfar dog. Började på högstadiet, fick ny vän. Konfirmerade mig. Blev kär.

Exempel på händelser:

Förlossning

Första cykeln

Fick ett syskon

Föräldrar gifte sig/skilde sig

Lågstadiet

Mellanstadiet

Högstadiet

Gymnasiet

Resa

Olycka

Mammas/pappas/annans död

Kärlek/olycklig kärlek

Arbete

Betydelsefull semester

Sjukdom

Olika platser/lägenheter/hus i livet

Läger/fritidsaktivitet som betytt mycket

Mats Bohman, präst i Carlskyrkan