

Alternativ oppstartsaktivitet til sosiale relasjoner, time 3:

Kjære deg, smil til meg!

Formålet med aktiviteten er å øve på blikkontakt, å by på seg selv, utsette seg for en situasjon hvor man kanskje ikke får noe til, og gir en fin anledning til å sprekke opp i et stort smil og kunne ta av seg en «tøff» maske. Det er ikke behov for noe materiell til øvelsen. Øvelsen gjennomføres som følger:

Elevene danner en sirkel. Lærer viser øvelsen med en annen elev eller lærer, og begynner med å si «Kjære 'navn på elev/lærer', smil til meg!». Dersom vedkommende smiler (basert på det gruppen definerer hva det å smile er), skal han/hun inn i ringen og selv få en annen til å smile ved å si «Kjære 'navn på medelev', smil til meg!». Dersom eleven forholder seg alvorlig, henvender eleven i midten seg til en ny elev i ringen. Stopp leken mens det enda er morsom. Det er viktig å ikke gjøre det for vanskelig å sette grensen på hva som anerkjennes som et smil. Det er bedre å ha lav terskel for å sprekke opp i et smil. Det er også lov å lage grimaser og ablegøyer for å fremme smil og latter.

Øvelsen er fritt gjengitt fra: Gundersen, K.K., Olsen, T.M., Finne, J.N., Strømgren, B., Daleflod, B. (2015). AART. En metode for trening i sosial kompetanse. Universitetsforlaget.