

ANDRE ØKT

Klassen ser video 5: Jeg og de andre

Etter filmen:

En og en: Alle skriver ned stikkord på arket de har fått, eller i arbeidsboken sin. Hva syntes du var interessant? Hvorfor det?

Felles diskusjon i klassen:

Samtalepunkter:

- Mennesket er et flokkdyr, og før i tiden var det livsnødvendig å tilhøre en flokk for å kunne overleve. En av de sterkeste straffe-metodene har alltid vært å bli utvist fra flokken. Hvorfor føles avvisning så vondt?
- Må man være sammen fysisk, eller går det an å ha gode nettverk bare digitalt?
- På hvilke måter kan behovet for å ha en gruppe man hører til ha negative konsekvenser?
- Psykolog Benjamin sier at selv om du gjør det dårlig på en prøve, så betyr ikke det at du er dårlig på skolen. Hva menes med «Du er ikke handlingene dine»?

Klassen ser video 6: Tre gode råd

En og en: Alle skriver ned stikkord på arket de har fått, eller i arbeidsboken sin. Hva synes du var interessant? Hvorfor det?

Fire hjørner:

På fire forskjellige stasjoner i hvert hjørne av klasserommet legges det et stort papirark og flere tusjer.

- På arket til bord 1 står spørsmålet: Hva kan du gjøre sammen med andre?
- På arket til bord 2 står spørsmålet: Hva kan du gjøre som er aktivt fysisk eller mentalt?
- På arket til bord 3 står spørsmålet: Hva kan du gjøre som gir deg en følelse av mening?
- På arket til bord 4 står spørsmålet: Hva kan du gjøre sammen med andre som både gir deg en følelse av mening og som er aktivt?

Del klassen opp slik at de gruppevis starter på forskjellige bord og skriver inn forslagene sine til spørsmålet på arket, før de går videre til neste bord. Alle



2 min



5-10 min



2 min



10-15 min

gruppene skal innom samtlige bord før de er ferdig.

Dialogkafe:

Dialogkafe er en måte å strukturere samtaleprosessen for utforskende samtaler gjennom å jobbe i grupper. Et tema utforskes gjennom bruk av egne notater og dialog ved å rotere fra kafebord til kafebord. Hver gang gruppene kommer til et nytt bord så blir de introdusert for hovedpunktene i forrige gruppes samtale av det bordets kafevert. Målet er at samtaleformen gjør at gruppene deler innsikt og kunnskap og sammen bygger på hverandre.

Før oppstart: Hvis elevene ikke er kjent med å jobbe med dialogkafe før, må de introduseres for gangen i dette og hvordan dette gjennomføres. Viktig at lærer understreker at det å utvide perspektivet innebærer at man både skal lytte og snakke, slik at man bygger på hverandres tanker og ideer.

Deltakerne deles i grupper på 6 og en på hver gruppe får rollen som kafe-vert. Hver gruppe har sitt bord og på bordet ligger et stort papirark og en tusj. På papirarket er temaet/spørsmålet som skal diskuteres skrevet i midten. Vi foreslår følgende tema: Pannelappen og ungdomshjernen, SAM-modellen, Fight, Flight or Freeze, Hvorfor er søvn så viktig? Hvordan lærer hjernen nye ting?

1. Gruppene snakker utforskende sammen om temaet/spørsmålet ved å lytte til hverandres innspill og tanker. Hovedpunkter skrives på arket.
2. Gruppene bytter bord etter 10 minutter, mens kafe-verten blir sittende. Han eller hun informerer den nye gruppen om hovedpunktene hittil, og samtalen fortsetter. Nye tanker skrives på arket.

Kafe-dialogen fortsetter til alle gruppene har besøkt alle bordene.

3. Før erfaringsdeling i plenum gis elevene et par minutter til å reflektere rundt prosessen, før det er deling muntlig. Hvert bords kafe-vert oppsummerer sitt bord, med ev. innspill fra andre elever. Lærer skriver opp på storskjerm/tavle hovedpunktene gruppene har kommet fram til hvert tema.

Sluttprodukt:

1. **Lag et intervju med tre personer** om hvordan de er sammen med andre, aktive og gjør noe med mening. Minst et av intervjuobjektene skal være i en annen aldersgruppe enn de selv. De kan lage intervjuet skriftlig (350-500 ord) eller som en video (3-5 min).
2. **Lag en video-dagbok med voice-over på 3-5 minutter** hvor du viser forskjellige måter du praktiserer det å være sammen andre, aktiv og gjør ting med mening (SAM) i ditt liv.

