

Verktugslåda 4



Familjer med missbruk

Barn till missbrukare är lojala mot sina familjer. De har tidigt lärt sig att skydda familjens hemlighet mot insyn. De har också lärt sig att inte prata med varandra om att mamma äter tabletter eller att pappa dricker. Barnen blir tidigt en del av hela familjens förnekelse-system och de känslor av sorg, ilska och ensamhet de känner får de inte uttrycka. När barnet vet att pappa skriker och gapar för att han är full, säger mamma att anledningen är att han är trött. I början uppstår förvirring och osäkerhet, men till slut blir barnet van och stänger av.

Våga Börja Prata

Det viktigaste för att få reda på om ett barn har det tufft hemma är att våga börja prata. När man träffar barn i stora grupper kan det vara svårt att upptäcka de barn som lever i en familj med missbruk. Familjens starka förnekelse kan göra att det är svårt att direkt se missbruket. Alla i familjen gör allt de kan för att dölja så mycket som möjligt. Utåt sett kan familjen ge sken av att må bra, men det finns många gånger tecken som visar på att något inte står rätt till. Det krävs kunskap och mod att våga fråga och våga agera. För oss vuxna krävs det att vi är lyhörda för alla barn som finns i vår omgivning, att vi tar oss tid och lyssnar på dem. Att vi vet att det kan finnas annat bakom en liten människas fasad än det vi tror oss se och veta. För ett ensamt barn kan du vara skillnaden mellan undergång och överlevnad. Ibland kan en mening från dig, sagd vid rätt tillfälle och med rätt känsla, vara det enda som krävs för att ett barn och hennes familj ska få möjligheter till upprättelse, och ett värdigt liv.



Överlevnadsstrategier

Barn till missbrukare lär sig att spela olika roller för att på det sättet bättre kunna förstå och hantera sin verklighet. Dessa roller är barnens strategier för att överleva. Det finns fyra väl kända och beskrivna roller som missbrukarnas barn omedvetet använder.

Den första rollen är **hjälten**. Han tar ansvar för allt. För familjens ekonomi, städning och inköp, och småsyskon. Han försöker också att ta ansvar för och kontrollera mammas eller pappas drickande. Han känner både skuld och skam för att det är som det är hemma och han tror att om han bara blir duktigare i skolan, hemma, eller på annat sätt, så kommer allt att bli bra. Hjälten behöver få veta att han är värdefull bara för att han är han, att han inte jämt behöver prestera och att det inte är farligt att misslyckas. På samma sätt som andra barn från missbrukande familjer behöver han framförallt få veta att det som händer i familjen inte är hans fel. Att han inte kan kontrollera drickandet. Att det finns hopp för hans mamma och pappa och för hela hans familj. Första steget är att våga börja prata med någon som han litar på.

Den andra rollen är **syndabocken**. Hjältens raka motsats. Hon som är "bäst på att vara sämst" och som på det sättet drar uppmärksamheten bort från familjens egentliga problem. Priset hon får betala för sin ständiga avledningsmanöver är högt. Hon blir ensam, ibland utstött. Inombords känner hon också en djup ensamhetskänsla. Hon behöver möta vuxna som kan se henne bakom svordomarna och bakom den svarta masken. Innerst inne vill hon också få hjälp för sin och sin familjs skull. Som alla barn till missbrukare vill hon bli sedd, respekterad och hjälpt.

Den tredje rollen är **clownen**. Han skämtar bort obehag. Han skojar så att familjen, om än för en liten stund, glömmer bort hur hemskt allting är. Han är klassens spelevink. Men bakom clownens mask finns tårar, ensamhet, rädsla för allvar och en längtan efter att få kontakt. Clownen måste få någon han kan prata med. Någon som berättar för honom att det inte är farligt att tala om sådant som gör ont.

Den fjärde rollen är **tapetblomman**. Hon är en mänsklig kameleont. Hon är expert på att smälta samman med omgivningen och göra sig osynlig. För familjen är hon barnet som inte orsakar problem. Hon klagar inte och hon protesterar aldrig. I klassen glöms hon ofta bort. Hon är ensam på rasterna och drar sig undan på sitt rum när hon är hemma. Tapetblomman behöver synliggöras, få kontakt, hjälp med att utvecklas och att få sin självkänsla förstärkt.





Om Verkttygslådan 4

Verkttygslådan 4 är ett material som är tänkt att stödja dig som pedagog i arbetet med sociala och emotionella frågor. Uppgifterna är förslag på hur du kan strukturera upp övningar som syftar till att hjälpa barnen att diskutera frågor inom området livskunskap. Barn till missbrukare har många gånger svårt att komma i kontakt med sina känslor, därför är den här sortens lektioner betydelsefulla för dem. Lektionerna anpassar du efter din barngrupps nivå. Tanken är att alla uppgifter ska vara lustfyllda för barnen att genomföra. En svårighet är att det inte finns några rätt eller fel, därför är det viktigt att alla barn som vill får komma till tals. Högt i tak och respekt för varandra måste vara riktmärket.

Minneslista inför livskunskap:

- Alla som vill får komma till tals
- Lyssna
- Respektera varandras åsikter
- Inga miner som till exempel himla med ögonen är tillåtna, inte heller att skratta åt någon
- Samtala utifrån egna åsikter, utgå inte från någon annan
- Det är alltid okej att säga "pass"

1. Rymdövningen

Du är en av två besättningsmän på ett litet rymdskepp som har tvingats landa på månens skuggsida, 30 mil bort från moderskeppet som befinner sig på månens solsida. Den enda chansen som ni har för att överleva är att ta er till moderskeppet till fots med så lätt packning som möjligt. Vid nödlandningen förstördes det mesta av er utrustning, men följande 15 saker klarade sig:

- Livsmedelskoncentrat
- 30 kvm fallskärmssiden
- 1 bärbar kokapparat
- 2 pistoler
- 2 syrgastuber (2x50 l)
- 1 magnetkompass
- Signalpatroner som brinner
- 20 liter vatten

- 1 ask tändstickor
- 1 ultravågssändare/mottagare
- Förbandslåda
- 20 m nylonlina
- 1 pkt tormjölk
- 1 stjärnkarta
- 1 gummibåt med CO2-flaskor

Ni ska nu, var och en för sig, rangordna sakerna från 1 till 15 efter hur viktiga ni tycker att de är. 1 är viktigast, 15 det minst viktiga. Sedan ska ni i smågrupper under 30 minuter komma fram till en gemensam rangordning. Stressa inte. Ge inte efter bara för att ni ska bli överens.

Diskutera:

- Kände du att de andra i gruppen lyssnade på dina synpunkter?
- Kände du att du kunde framföra dina synpunkter på ett bra sätt?
- Fick du respekt för dina synpunkter?
- Med facit i hand, hade du gjort annorlunda för att få igenom dina förslag?
- Hur bestämde ni er?
- Var det viktigast att få fram ett beslut snabbt eller att bli eniga om beslutet?
- Vilka roller spelade ni i gruppens diskussioner? Var det någon som var/blev ledare? Hur gick det till i så fall? Var det bra eller dåligt? Var alla delaktiga? Vilket ansvar har var och en i en sådan här beslutsprocess? Kan man låta bli att ta ställning?

Facit till övningen:

1. Syrgastuber - För att du ska kunna andas
2. 20 liter vatten - Ersätter vätskeförlust
3. Stjärnkarta - Viktigt för att kunna ta ut riktningen
4. Livsmedelskoncentrat - Nödvändig dagsranson
5. UKV-sändare/mottagare - Förbindelse med moderskeppet
6. Nylonlina - Bra vid skador och klättring
7. Förbandslåda - Allmänt värdefull
8. Fallskärmssiden - Skydd mot strålning
9. Gummibåt - Med koldioxidflaskor som kan användas vid till exempel överfart vid klyftor
10. Signalpatroner - Nödsignal
11. Pistoler - För tillverkning av automatdriftsaggregat
12. Tormjölk - Näring (kan blandas med vatten)
13. Kokapparat - Varm dryck (det är kallt på månens baksida)
14. Magnetkompass - Antagligen obrukbar på månen
15. Tändstickor - Nästintill obrukbara på månen

2. Diskussionsfrågor

Till läraren: Du kan använda frågorna på flera olika sätt. Alla frågor passar kanske inte in i din grupp, så använd de frågor som du tycker är lämpliga. Det viktigaste är att man vågar beröra också känsliga ämnen utan att för den skull moralisera eller tro att det finns facit på hur var och en ska göra.

- Dela ut ett papper med tio utvalda diskussionsfrågor och låt grupperna välja ut tre, som de vill diskutera djupare. Därefter presenteras gruppens förslag i storgrupp.
- Dela ut ett papper med ett antal utvalda diskussionsfrågor. Låt smågrupper om 3-4 personer välja vilken av diskussionsfrågorna de vill dramatisera och spela upp och sedan diskutera i storgrupp.
- Diskussionsfrågorna kan användas som underlag till skrivuppgifter.
- Skicka med diskussionsfrågorna hem och låt familjerna diskutera tillsammans.

Kompisar

- En kompis har lovat att leka med dig, men lämnar återbud för att leka med någon annan...
- Dina föräldrar vill inte att du är tillsammans med Viggo. En dag frågar Viggo om du vill följa med honom hem efter skolan och kolla på någon film...
- Du har lovat Emma att leka med henne efter skolan. På lunchrasten frågar Hanna om du vill leka med henne efter skolan. Egentligen vill du hellre leka med Hanna...
- Ni är fyra kompisar som har fått gå till skolans bibliotek under förutsättning att ni sköter er väl. Plötsligt börjar två av kompisarna jaga varandra mellan bokhyllorna...
- Klassen ska åka på utflykt. Din bästa kompis vill inte följa med. Han/hon vill att du också stannar hemma...
- Din bästa kompis har börjat skolka och vill att du hänger på...
- Du och din kompis är intresserade av samma kille/tjej. Ni blir ovänner och slutar prata med varandra...
- Din kompis pratar hela tiden med dig på lektionerna och gör så att läraren ofta säger till er att vara tysta. Du vill visa intresse på lektionerna men vill heller inte att din kompis ska tycka att du är tråkig...
- Du är kär i en klasskompis men vet inte hur du ska kunna berätta det...
- Du ligger på gränsen till att bli godkänd i matte. Kvällen före ett viktigt prov har du tänkt plugga rejält. Då ringer killen/tjejen som du varit kär i länge och vill träffa dig...
- Din bästa kompis snackar och skojar lite för mycket med din tjej/kille. Det verkar som om han/hon stöter på henne/honom...
- Du tycker att det luktar illa om en av dina kompisar...
- Du känner dig ensam hemma efter skolan. Du är ofta ensam och har ingen att vara tillsammans med...

I skolan

- Du har inte med dig idrottskläderna och vågar inte berätta det för din lärare, för du har ingen bra förklaring till varför du har glömt dem...
- Du har inte gjort läxan eftersom du lekte med en kompis...
- Du tycker att det är tråkigt med idrottslektioner...
- Du har kommit efter i matteboken och tycker att det är tråkigt att räkna...
- På rasten råkade du sparka till en boll så att den krossade ett fönster....
- Du och en kompis råkar skjuta upp en boll på skolans tak...
- Det regnar ute och du vill inte gå ut på rasten...
- Du känner dig hängig och vill helst stanna inne på rasten...

Mitt och ditt

- Du hittar en boll på skolgården. Det står inget namn på den...
- Du har blivit av med en tjugokronorssedel som låg i din jacka som hängde i korridoren...
- Du hittar en alldeles ny penna i korridoren. Du lägger den i ditt pennfodral. Nästa lektion frågar läraren om någon sett hans/hennes nya penna...
- Du har lånat ut din cykel på rasten. Efter skolans slut upptäcker du att det är punktering på den...
- Du hittar en hundralapp och vet inte vad du ska göra med den. Du stoppar den i fickan och glömmer sedan av det. Någon dag senare upptäcker din mamma pengan och undrar varifrån den kommer...
- En kompis säger att du är skyldig till att hans mobiltelefon gick sönder...
- Du lånade ut en tröja till en kompis som råkat slarva bort den...

Från skojbråk till trakasserier

- Du blev retad på rasten och lyckades inte själv få slut på tråkningarna
- Du är orolig för bussfärden hem eftersom andra har retat dig
- En kompis blir ofta retad på bussen till och från skolan. Du vågar inte ingripa...
- En lärare frågar klassen om alla trivs på skolan. Du vet att Elin ofta blir retad på rasterna och att ingen vill vara med henne...
- Läraren skrattar ofta åt elever som svarar fel...
- När du sätter dig upptäcker du att någon lagt ett häftstift på din stol.

Sanning och lögn – berätta eller inte

- En kompis har blivit av med en mössa. Du vet vem som tagit den...
- Du har ljugit för en kompis och är rädd för att bli avslöjad...
- Du ska på läger med klassen/laget. Läraren/ledaren frågar om alla vågar sova borta. Alla svarar ja, men du vet att Oskar inte vågar...
- Polisen har kommit till skolan för att utreda skadegörelse på skolans ena byggnad. Du vet vilka det är som gjort det, för det är dina kompisar...
- En kompis har snattat några chokladkakor på ICA. Han erbjuder dig två stycken mot att du inte skvallrar...

Fusk och olagligheter

- En kompis är nervös inför matteprovet och frågar om ni kan sitta bredvid varandra, så att hon kan skriva av dig...
- Du viskar åt din kompis att hjälpa dig med en svår fråga på ett prov. Hon skickar en lapp med rätt svar, men läraren upptäcker lappen och frågar var du fått den från...
- Några kompisar ska på lunchrasten ta sig till köpcentret för att snatta lite godis. Du vill inte snatta, men de vill ändå att du följer med även om du inte tänker ta något...
- Några kompisar tänker lufta däcken på rektorns bil. De säger att du inte behöver göra något, bara vara med där...





3. Vad är viktigt?

Fundera enskilt och prata sedan i gruppen om vad var och en har tänkt.
Rangordna från 1 till 12 (där 1 är viktigast):

Ärlighet

Spännande liv

Självrespekt

Religion

Berömmelse

Eget förslag...

Utbildning

Fred

Bra arbete

Familj

Hälsa

Pengar

4. Packa väskan

Denna övning försöker visa vad den individuella människan får gå igenom vid flykt. Att själv tänka sig in i situationen kan vara ett viktigt steg i empatin för flyktingar i världen. Men det är också en övning i att värdera vad som är viktigt i livet.

Instruktion:

Vi ska tänka oss in i följande situation: Norge har invaderat Sverige och du har en halvtimme på dig att samla ihop din familj och dina närmaste vänner, packa och sticka iväg. Om du stannar blir du förmodligen dödad. Ge sedan instruktioner steg för steg. Skriv ner namnen på de familjemedlemmar och vänner som du vill ta med dig på flykten. Du får bara tre minuter på dig. Det är bråttom!

Skriv därefter ner de saker som du vill ta med dig. Tid: två minuter.

Du får nu reda på att lastbilen som ni ska åka med har gått sönder. Istället måste ni fly i en vanlig personbil. Personbilen kan bara ta fem passagerare inklusive dig själv.

Stryk över de namn på personlistan som inte får plats i bilen. Allt bagage får inte plats i personbilen! Du får bara ta med dig fyra saker. Stryk över de saker du inte får ta med dig.

Om gruppen är stor bör du dela in den i mindre grupper, då kommer fler till tals. Det kan dessutom vara känsligt för vissa att berätta om vad man tagit med sig.

Samtal:

Vilka personer finns på din lista? Varför?

Vilka saker vill du ta med dig? Varför?

Hur kändes det att göra övningen?

Hur reagerar vi när förutsättningar och regler förändras?

Hur känns det att välja bort några nära och kära?

Kan det vara så här i verkligheten?

Summera:

Människor väljer inte flykten.

Flykten väljer dem. De flesta som tvingas fly måste bryta upp med kort varsel och lämna kvar det mesta. Därför måste mottagarlandet bemöta flyktingarna med allra största respekt och förståelse.

(Övningen är hämtad från Amnesty.)



5. Våga ha en åsikt

Det är så lätt att tycka som kompisen. Men vad tycker egentligen DU?

- Jag tycker att alla borde...
- Jag glömmer aldrig...
- Jag vill glömma...
- Jag har ett stort behov av...
- Jag hoppas att jag aldrig...
- Alla borde få...
- Det viktigaste för barn är...
- Jag njuter av...
- Det är viktigt för mig att...

6. Bilder och känslor

Titta på bilderna på pojken. Fundera över hur du skulle agera om du mötte personen, eller om du själv vore personen på bilden.

Frågor:

Vad skulle du vilja säga till pojken på bilden om du mötte honom på riktigt?

Vad skulle du göra om du vore pojken på bilden?

Vad har hänt tror du?



7. Känslohäfte

Material: papper i olika färger, en för varje känsla. Ett vitt papper som omslag. Häfta ihop till ett häfte. Låt barnen skriva sitt namn på framsidan och rita något.

Känslorna man kan skriva om är till exempel: glad, arg, ledsen, rädd, orolig, lugn, lycklig...

Börja med att prata om de olika känslorna, hur de känns och hur omgivningen vet att man upplever den känslan.

Låt sedan barnen berätta om de olika känslorna:

- Berätta om saker som gör dig glad/arg/ledsen...
- Berätta om saker som gör dig och dina kompisar glada/arga/ledsna...
- Rita och berätta om någon speciell gång när du var glad/arg/ledsen...

8. Avslappningsövning

Man blir trött av skolans intensiva dagar. Det är bra att få in stunder för avslappning. Tänk på att det ska kännas lugnt och tryggt när ni gör övningarna. Du läser berättelsen och ni gör tillsammans massagerörelserna på någons rygg.

Sommarregn (massagesaga)

En varm sommardag skiner solen varmt och skönt.

- Rita en stor rund sol med lätta fingerdrag över din kompis rygg.

Solens strålar värmer hela det vackra landskapet.

- Dra med lätta fingerdrag från mitten på ryggen och ut åt alla hörn, både nedåt och mot rygglutet och uppåt mot axlarna.

Framåt eftermiddagen kommer ett varmt och lätt sommarregn som ger naturen ny kraft.

- Gör små lätta rörelser med alla fingrarnas toppar som regndroppar mot ryggen.

Det bildas moln på himlen.

- Rita moln på olika ställen på ryggen med fingrarna, lätt och mjukt. Så kommer det en blix!

- Rita ett sicksackmönster utmed ryggraden från axlarna och nedåt.

Så syns den varma och sköna solen igen.

- Rita en stor rund sol med lätta fingerdrag över din kompis rygg igen.

- Avsluta med att lägga ena handflatan på ryggen på din kompis och låt handen vila där en stund. Handen ska värma och lugna.

- Ta bort handen och fråga din kompis hur det var att få massage.



Tips på avslappning:

- läsa bok
- lyssna på musik
- leka lugna lekar
- gå ut och gå en promenad
- spela spel
- ta hand om djur

9. Forumspel

Forumspel är en teaterform där publiken kan stoppa handlingen och gå in och ändra scenariot. Utgångspunkten är att en grupp spelar upp en situation som skulle kunna uppstå och därefter spelar de den igen och då kan publiken säga "frys" och gå in och byta roll med en av skådespelarna och spela upp en alternativ lösning på situationen. Det är viktigt att gruppen känner varandra väl och är trygga med situationen.

Scenarier:

Om att vara ihop

I två veckor har Sandra och Jesper varit ihop. De tycker om att sitta bredvid varandra på rasten och vill gärna arbeta tillsammans i grupp när de ska det. De träffas gärna efter skolan också. En dag när det är många som leker i skogen säger Magnus till Sandra lite retsamt:

- Jesper tycker inte om dig längre.

Hon går ledsen hem och känner sig jättedum. Nästa dag pratar inte Jesper och Sandra med varandra på hela dagen och de tittar surt på varandra. Sandra säger plötsligt till Jesper precis innan de ska gå hem:

- Du är dum och jag hatar dig!

Obs! Du får inte byta ut Magnus.

Patrik tittar på Maria och tycker att hon är jättesöt. I flera dagar vet han inte om han ska säga något till henne. Men till slut tar han mod till sig och säger:

- Jag tycker att du är söt. Vill du vara ihop med mig?

Maria blir generad, sedan säger hon:

- Jag är redan ihop med någon annan.

Några dagar senare pratar Maria med sina kompisar. Hon berättar för dem vad Patrik har sagt och de skrattar åt honom. Patriks kompis hör detta och tycker att det är jättejobbigt att de pratar om honom, men han vet inte vad han ska göra. Obs! Du får inte byta ut Patrik.

I omklädningsrummet har några tjejer redan klätt sig medan andra precis har kommit ur duschen. Lina och Anna fnittrar och viskar. Lina säger:

- Nu när vi har klätt på oss hämtar jag killarna.

Anna: - Okej.

Lina går över till killarna och säger:

- Nu är det grönt, ni kan komma.

Lina går tillbaka till tjejernas omklädningsrum.

Jens: - Ska du med Bengt?

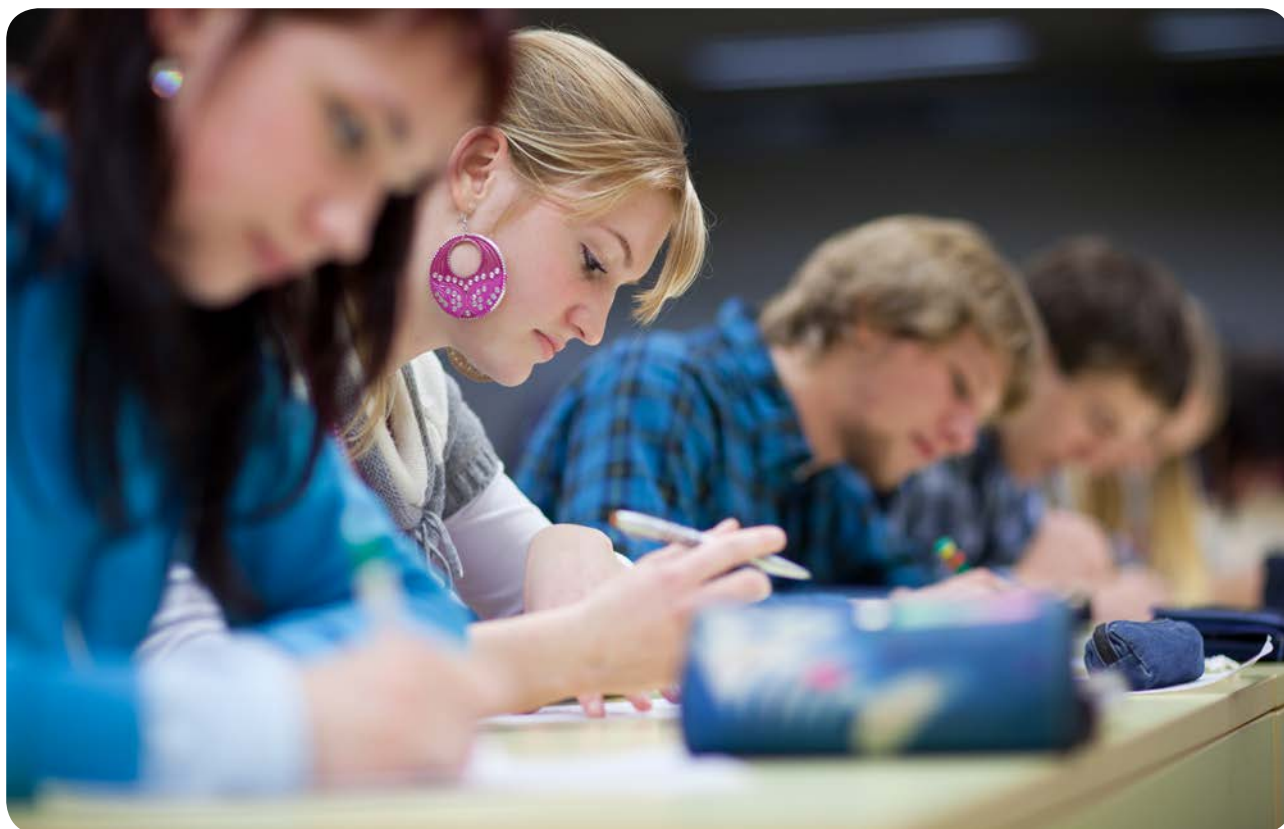
Bengt skakar på huvudet.

Jens: - Din mes!

Jens öppnar dörren till tjejernas omklädningsrum. Lina och Anna kan knappt hålla sig för skratt.

Jessica skriker: - Försvinn!

Obs! Du får inte byta ut Lina.



Om mobbning

Miriam brukar kallas för stökig i klassrummet. Hon sitter inte still när läraren säger till och hon pratar rakt ut. Många gånger går hon ut på toaletten för att slippa vara med. Miriam är duktig i NO och svarar ofta innan de andra hinner tänka. Nuförtiden får Miriam ofta höra att hon är dum som gör så och att hon är lat. Det är lätt att skratta åt Miriam och flera gånger får hon höra att hon är en "dum tjockis". En lektion blir Miriam ledsen och ingen förstår varför. När läraren pratar med henne säger hon att det är för att alla är taskiga. Då kastar sig Niklas ut:

- Hon får skylla sig själv, hon är alltid dum mot oss.

Miriam blir arg och går till angrepp. Obs! Du får inte byta ut Miriam.

Linus och Kristian sitter bredvid varandra i klassrummet. På lektionen förhör läraren dem på olika tal i matematik. De ska svara med huvudräkning. När det blir Linus tur lyckas han inte komma på svaret. Läraren väntar på ett svar och ber de andra i klassen att lugna sig ett slag medan Linus får tänka. Kristian vill hjälpa till och viskar svaret till Linus. Linus blir osäker och vet inte om han ska svara. Läraren hörde Kristian viska och säger att Linus kan själv. Linus svarar till sist och det blir rätt. Flera fnissar. En klasskompis, Jana, säger knappt hörbart:

- Det var på tiden.

Obs! Du får inte byta ut Linus.

I stjärtlappsbacken är det full fart. Alla verkar ha roligt! Tova åker också i backen, men själv. Hon hade gärna varit med de andra som åker tåg, men hon vågar inte fråga. John åker också själv men han skrattar gott och bryr sig inte om de andra. Markel och Jens åker tillsammans. De åker gärna med andra om någon frågar. De som åker tåg verkar inte märka någon annan. Där finns Frida och Silvia som brukar vara kompisar med Tova, men nu har de ingen tanke på henne. Tova drar sig plötsligt undan och sätter sig och surar i ett hörn. Obs! Du får inte byta ut Tova.

Samarbetsövningar

10. Spagettitornet

Det här är en övning i kreativitet och samarbete – här krävs initiativ, kommunikation och mod att testa. Barn är ju världsbäst på den här typen av övningar eftersom de vågar tänka annorlunda och vågar testa innan de bestämmer sig för en möjlig lösning.

Utmaningen är att på tio minuter bygga ett så högt fristående torn som möjligt av spaghetti som håller för att sätta en marshmallow på toppen. Även om övningen kan göras som en tävling så är det viktiga inte hur högt tornet blir, eller om det ens står kvar, utan hur alla arbetar tillsammans. Har du tävlingsmänniskor i gruppen kan det ju hända att de inte riktigt håller med...

I övningen får gruppen träna samarbete och kreativ förmåga. Den visar snabbt på deltagarnas olika förmågor – sådant som inte kommer fram så lätt annars, och hur de kommunicerar. Vem tar initiativ? Vem ser vad gruppen behöver? Vem vill planera? Vem håller koll på tiden? Vem testar nya lösningar? Är någon en skeptiker? Vilka normer skapas? Sneglar man på andra lag och tar lärdom?

11. Leda rätt

Material:

En halsduk till varje deltagare.

Koner, pinnar eller stenar att märka ut en bana med.

Instruktioner:

Alla står på ett led med händerna på axlarna på den framför. Alla har förbundna ögon, utom den som ska leda de andra. Till att börja med så kan den seende stå först. Gå banan så att även den som står sist trampar rätt.

Varianter:

Flytta den seende stegvis längre bak i ledet.

För äldre deltagare kan man pröva att göra övningen under tystnad (kläm höger eller vänster).



12. Tidningstornet

Material:

Dagstidningar (lika många sidor och samma storlek).

Tejprullar och en tumstock.

Instruktioner:

Dela in alla i grupper. Det är bra om grupperna kan vara i olika rum men tänk på att ha lika högt, och dessutom ganska högt - två till tre meter till tak, i båda rummen.

Nu ska gruppen bygga ett så högt torn som möjligt med tidningarna och tejp på 15 minuter. Inget annat material får användas. När grupperna är klara ska tornet stå för sig själv. Man får inte tejp fast tornet i golvet eller i taket. Högst tidningstorn vinner!

13. Alla får plats

Material:

Drickbackar.

Instruktioner:

Dela in deltagarna i grupper med cirka fyra till fem i varje grupp. Vänd på drickbackarna så att botten är uppåt. På given signal ska deltagarna försöka ställa hela laget på backen utan att någon ramlar ned. Nu måste laget verkligen jobba tillsammans!

14. Knuten

Instruktioner:

Alla deltagare ska stå i en stor ring med armarna rakt fram. Gå sedan sakta in mot ringens mitt med slutna ögon. Ta tag i två händer. Öppna ögonen. Ingen får släppa taget. Nu gäller det att reda ut knuten. Med gemensamma ansträngningar ska det bli en ring där alla håller varandra i händerna, utan att någon har släppt någons hand.

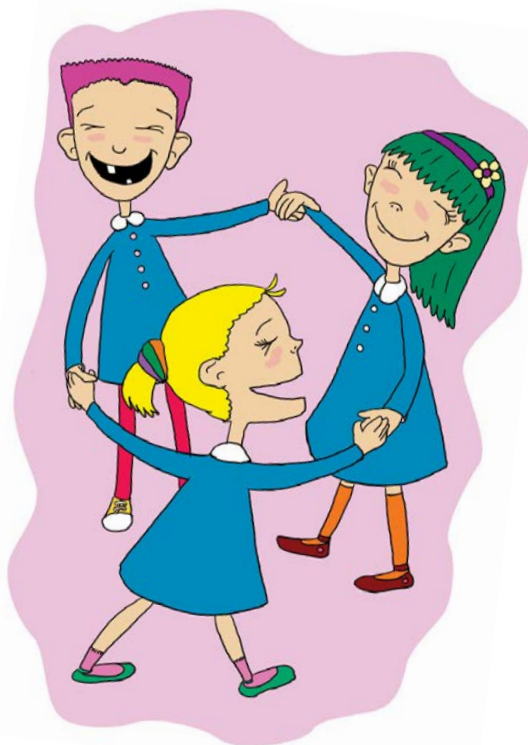
Varianter:

Knuten 2

Stå i en ring och håll varandras händer. Gå in mot mitten och trassla in er så mycket ni kan. Lös nu upp knuten igen. Utan att tala med varandra!

Knuten 3

Lös upp knuten utan att tala eller se!



15. Finn tre fel

Dela in eleverna i par, två och två. De får nu stå mitt emot varandra (i två led) och iaktta hur de ser ut. Det ena ledet (en i varje par) får nu gå ut ur klassrummet.

De som är kvar ändrar sitt utseende på tre punkter, till exempel tar bort smycken, klockan på andra armen och ändrar frisyr. Efter ett tag släpps de som stått utanför in och ska gissa vilka tre saker som ändrats. Därefter byter man personer som får gå ut ur rummet.

16. Statyer och maskiner

Statyn:

Dela in i små grupper med fyra till sex i varje. En utses till ledare i varje grupp. Ledaren ska nu skapa statyer av de övriga i gruppen och döpa sin staty till något. Sedan blir det vernissage och statyerna ska visas upp och presenteras för de övriga i klassen.

Maskinen:

Enligt ovan men nu ska en maskin byggas som har ett speciellt syfte/en funktion. "Uppfinningen" ska presenteras inför de övriga.

AKTIV  SKOLA