

Navn: _____

Dato: _____

Hvad er en gruppe, og hvorfor er det vigtigt at være en del af gruppen?

Kapitel 7: Øvelsesark 1

Side 1 af 2

I kapitel 7 i 'Børnenes lærebog' ser vi på, hvad det betyder at være en del af en gruppe, og hvordan vi kan vise andre, at vi gerne vil være med. Lad os begynde med at se på emnet, og derefter kan vi øve noget af det, vi har lært.



Gennemgå, og tænk over følgende sætninger. Skriv dit svar på den blanke linje, eller sæt ring om det svar, du synes passer bedst.

1. En gruppe er mere end én person, der deler samme _____
2. Enig/uenig: En gruppe består af mindst tre personer.



Læs følgende sætninger, og sæt flueben ved dem, du mener er rigtige.

3. 'Gruppens plan' er:

___ en måde at tale om, hvorfor folk er med i denne gruppe.

___ en skitse – ligesom når en arkitekt tegner en plan for en bygning.

___ det, som alle har fokus på, når de er sammen i gruppen.

___ det, som alle laver i gruppen, eller en fælles aktivitet, som folk i gruppen laver sammen.

___ det, som bliver sagt højt om gruppen og fortalt til alle, der skal være med i gruppen.

___ noget, vi måske selv er nødt til at regne ud, når vi bliver en del af gruppen.

Hvad er en gruppe, og hvorfor er det vigtigt at være en del af gruppen?

Det er vigtigt at have fokus på, hvordan andre tænker om os. Tænk over følgende sætninger, og sæt ring om det svar, du synes passer bedst.

4. Det er vigtigt at have kroppen og hjernen i gruppen, for når jeg har det, bliver andre opmærksomme på, at jeg er

interesseret i dem | **ikke interesseret i dem**

5. Hvis mit hoved eller min krop er drejet væk fra gruppen, vil andre sandsynligvis tænke, at jeg er

interesseret i dem | **ikke interesseret i dem**

6. Når jeg har kroppen i gruppen, men jeg bruger mine øjne til at kigge rundt over det hele, vil andre sandsynligvis tænke, at jeg er

opmærksom på, hvad de siger | **ikke opmærksom på, hvad de siger**

7. Når jeg har kroppen i gruppen, og jeg siger noget, som relaterer sig til det, gruppen snakker om, vil de andre sandsynligvis tænke, at jeg

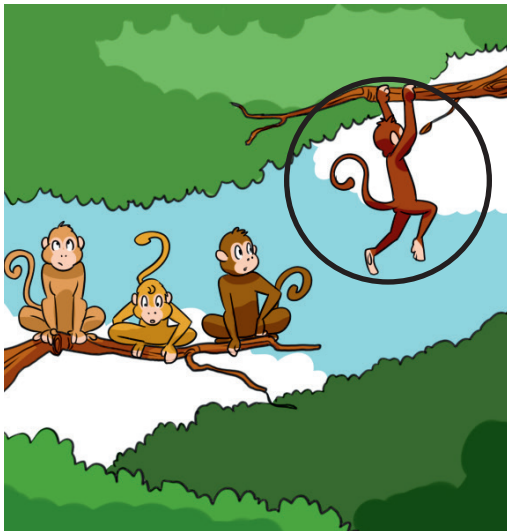
lytter og er interesseret i det, de siger | **er ligeglad med det, de siger**

Hvordan ser det ud, når man har kroppen i gruppen?

Når du er sammen med andre, er det forventet adfærd, at du er opmærksom på de andre i gruppen og det, de laver. En måde at vise det på er ved at have din krop, dine øjne, ører og din hjerne i gruppen. Tænk over, hvordan det ser ud, ved at kigge på dyrene på billederne, og vurder, om de er med i gruppen eller ej.

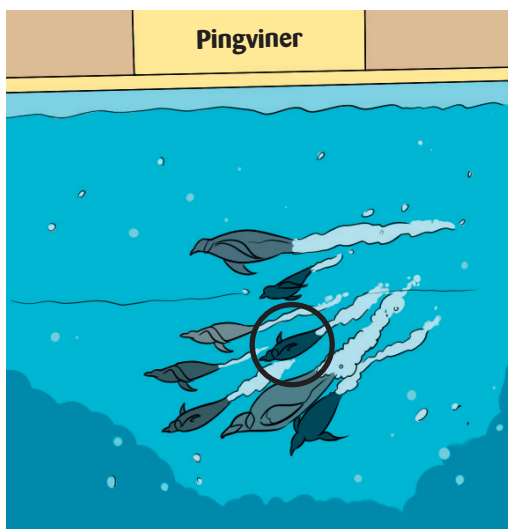


Se på hvert af billederne herunder, og vurder, om det dyr, der er ring omkring, har kroppen i gruppen eller ej. Sæt ring om dit svar. Prøv derefter at komme med et smart gæt på, hvad gruppens plan er.



- Har kroppen i gruppen.
- Har ikke kroppen i gruppen.

Gruppens plan er sandsynligvis:



- Har kroppen i gruppen.
- Har ikke kroppen i gruppen.

Gruppens plan er sandsynligvis:

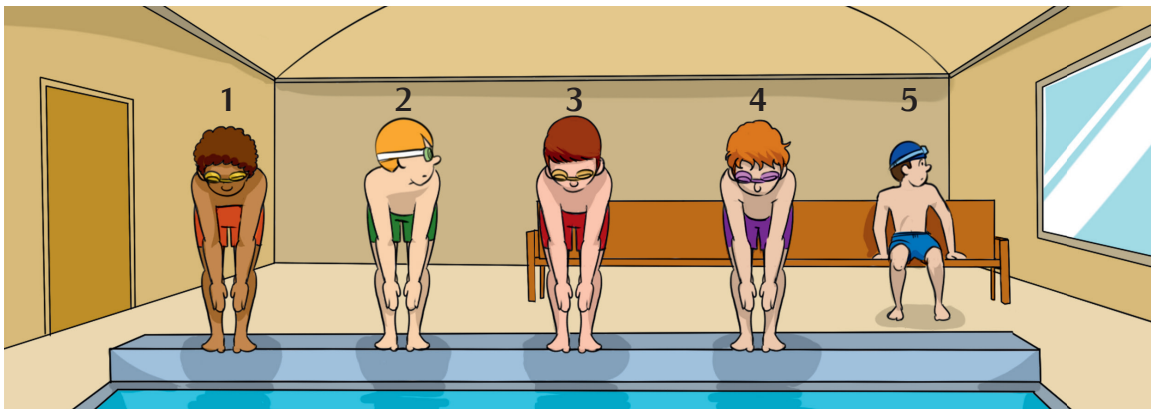
Brug krop, øjne, ører og hoved til at vise andre, at du er en del af gruppen

Du bruger din krop på mange forskellige måder til at vise din tilstedeværelse og til at vise andre, at du gerne vil være en del af gruppen. Det betyder, at du kommunikerer med meget andet end bare ord! Og du bruger også din hjerne til at lytte og være opmærksom på det, som andre gør eller siger.

Når du ikke har kroppen, øjnene, ørerne og hjernen i gruppen, vil andre nok tænke dårligt om dig og være usikre på, hvorfor du er sammen med dem.



Kig på de fem drenge på billedet. De er alle en del af det samme svømmehold. Tænk over, hvad gruppens plan er, og skriv den ned. Derefter skal du se på hver af drengene og vurdere, om de har kroppen, øjne, ører og hjernen i gruppen eller ej. Sæt kryds i skemaet nedenfor.



Gruppens plan er _____

| | Dreng 1 | Dreng 2 | Dreng 3 | Dreng 4 | Dreng 5 |
|---|---------|---------|---------|---------|---------|
| Kroppen i gruppen | | | | | |
| Ikke kroppen i gruppen | | | | | |
| Øjne, ører og hjernen er i gruppen | | | | | |
| Øjne, ører og hjernen er ikke i gruppen | | | | | |

Mere øvelse i at have kroppen og hjernen i gruppen

Kapitel 7: Øvelsesark 4

Side 1 af 3



Gennemgå følgende situationer. Ved hver af dem skal du tegne en tegning af, hvordan det ser ud, når man har kroppen og hjernen i gruppen. Overvej derefter, hvad der er den forventede eller uventede adfærd i situationen.

I KLASSELOKALET

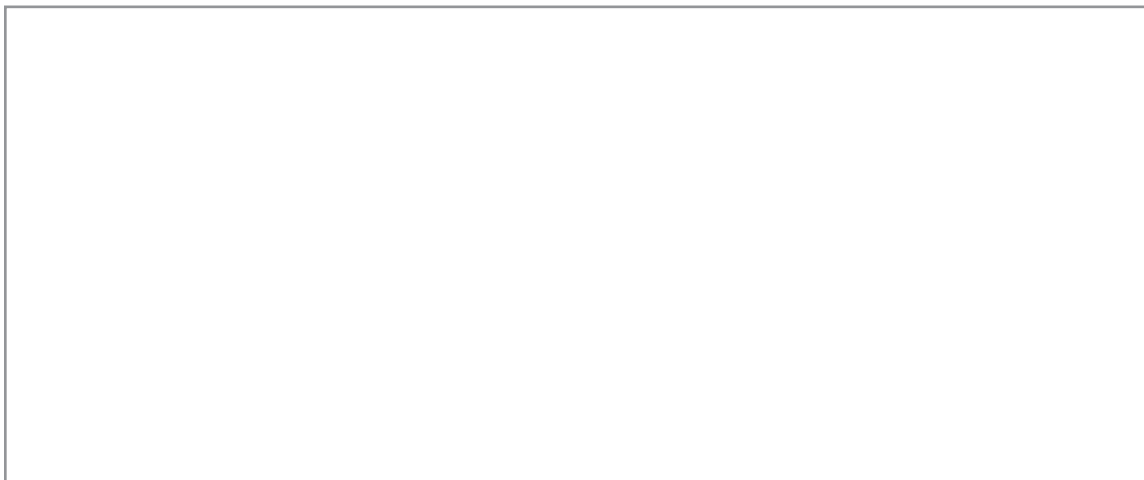
Tegn 3 elever og en lærer. Vis, hvordan det ser ud, når eleverne har kroppen og hjernen i gruppen, mens de lytter til læreren, der er ved at sige noget. Hvad er den forventede adfærd?

Tegn de samme elever og læreren, men denne gang skal du vise, hvordan det ser ud, når en af eleverne ikke har hjernen i gruppen. Hvem af dem udviser forventet adfærd, og hvem udviser uventet adfærd?

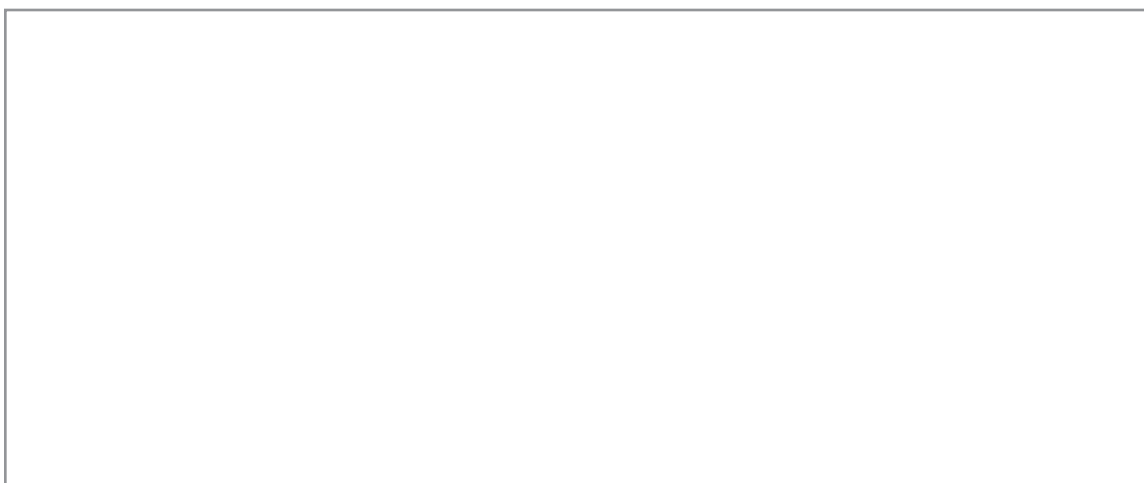
Mere øvelse i at have kroppen og hjernen i gruppen

I SHOPPINGCENTRET

Tegn 4 drenge eller piger, der går ved siden af hinanden. Vis, hvordan det ser ud, når alle har kroppen og hjernen i gruppen. Hvad er den forventede adfærd?



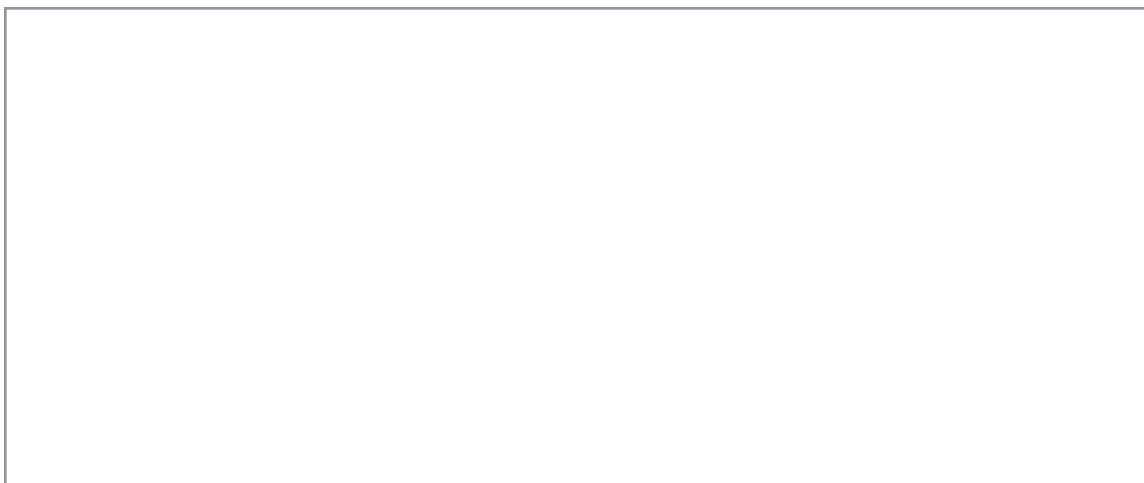
Tegn de samme 4 drenge eller piger, der går ved siden af hinanden. Denne gang skal du vise, hvordan det ser ud, når to af børnene ikke har hjernen i gruppen, og en af de andre ikke har kroppen i gruppen. Diskutér, hvad der er forventet og uventet adfærd.



Mere øvelse i at have kroppen og hjernen i gruppen

EKSTRAOPGAVE!

Find på en situation selv, og tegn et billede af en gruppe, hvor nogle af børnene har kroppen, øjnene, ørerne og hjernen i gruppen, mens andre ikke har kroppen, øjnene, ørerne og hjernen i gruppen.



Vælg derefter 2 af børnene, og forklar på linjerne herunder, hvem der udviser forventet/uventet adfærd, og hvordan det kommer til udtryk:

Brug hjernen i gruppen

Når vi finder ledetråde ved at tænke med øjnene og lytte med ørerne, skal vi også finde ud af, hvad de betyder. Det er her, vi bruger hovedet. Det kan hjælpe os med at komme med et smart gæt på, hvad andre laver, føler eller har tænkt sig at gøre. Det hjælper os også med at regne gruppens plan ud!

Gennemgå følgende situationer, og se om, du kan færdiggøre sætningerne. Hvis du har brug for hjælp, kan du spørge en voksen eller en kammerat.

1. Min lærer peger over mod døren, og vi skal til at have idræt. Gruppens plan er nok at _____
Jeg kan vise de andre, at jeg har kroppen, øjnene, ørerne og hjernen i gruppen, ved at _____
2. Da jeg går hen til nogle i spisefrikvarteret, kan jeg se, at de er ved at rejse sig og pakke deres mad og tasker sammen. Hvis jeg bruger øjnene, ørerne og hjernen, ved jeg, at de _____
Hvad kunne være den forventede adfærd i sådan en situation? _____

3. Jeg fortæller en kammerat om en god film, jeg så i weekenden. Han kigger hele tiden på sin telefon frem for at se på mig. Hvis jeg bruger øjnene og hjernen, kan jeg regne ud, at han _____
Er min kammerats adfærd forventet eller uventet? _____
Hvad kunne jeg sige og gøre, som ville være forventet? _____

Brug hjernen i gruppen

4. I klassen arbejder vi sammen i grupper på nogle projekter. Jeanette er med i vores gruppe, men hun laver ikke noget. Hun kommer bare med nogle små lyde, gnider sig i panden og lægger så hovedet ned på bordet.

Hvad kan jeg finde ud af om situationen ved at bruge øjnene, ørerne og hjernen? _____

Hvordan kan jeg udvise forventet adfærd i den situation? _____

5. Jeg spiser med hos en af mine venner sammen med hans mor, far og søster. Jeg har kroppen i gruppen, og jeg bruger øjnene, ørerne og hjernen til at vise de andre, at jeg er interesseret i dem. De snakker alle sammen om deres kommende tur til Grækenland. Jeg siger: "Hvorfor vil I derhen, når I kan tage til Italien i stedet?" Så stopper alle med at snakke, og min ven sparker mig under bordet. Hvad skete der? Hvis jeg bruger øjnene, ørerne og hjernen lidt mere, kan jeg regne ud, at jeg _____

Hvilken forventet adfærd kan jeg udvise nu, som vil gøre det hele godt igen? _____

Brug både kroppen og hjernen til at lytte med, når du er i en gruppe

Kapitel 7: Øvelsesark 6

Side 1 af 2

Når du er en del af en gruppe, bruger du forskellige dele af din krop OG din hjerne til at lytte til de andre for at finde ud af, hvad der foregår, eller forstå, hvad en af de andre siger. Der er altså meget mere i det end bare at bruge ørerne til at høre ord eller lyde. Du skal være stille og holde dine arme, hænder, ben og fødder i ro. Når du gør det, hjælper du din hjerne til at koncentrere sig om det, der bliver sagt. Det viser også andre, at du er interesseret i det, de siger.

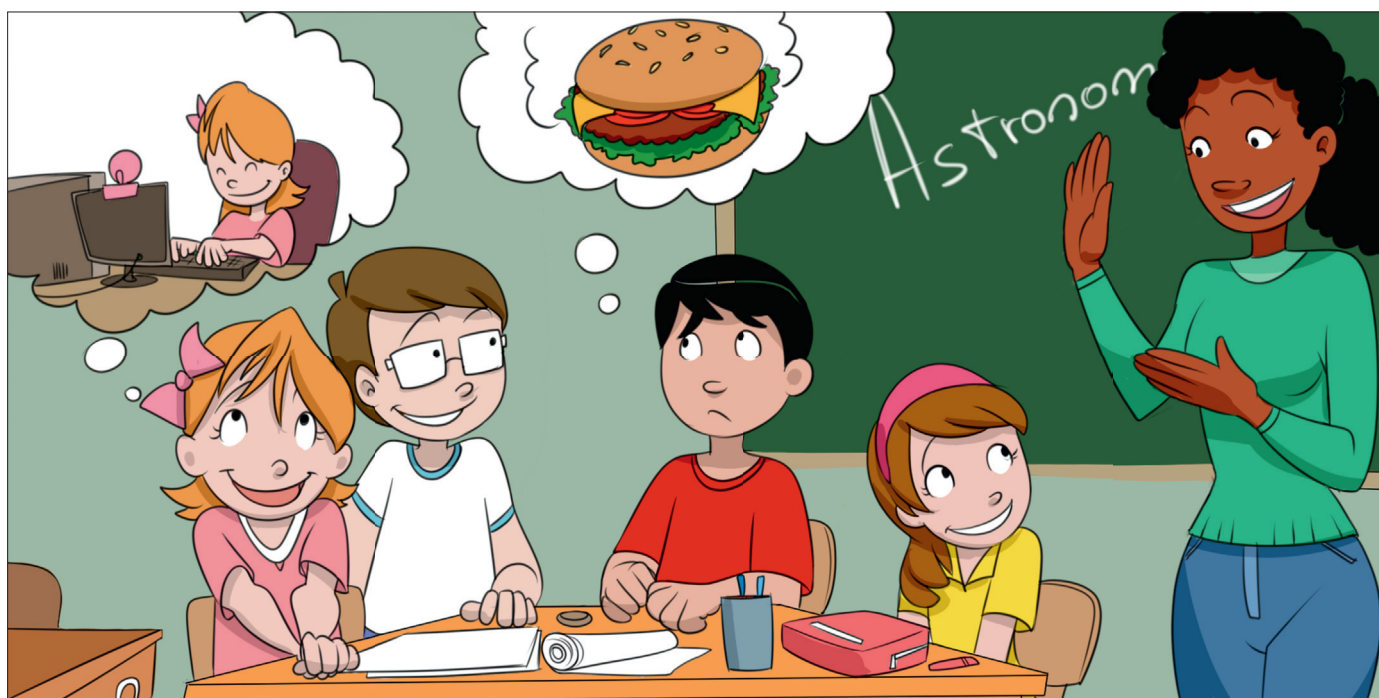


Eleverne på de følgende tre billeder arbejder på et projekt om astronomi i klassen. Find først de elever, der bruger deres krop til at vise de andre, at de gerne vil være en del af gruppen. Sæt ring om dem.

Find derefter de elever, der ser ud til ikke at have kroppen, øjnene, ørerne eller hjernen i gruppen. Markér de elever, og forbered dig på at forklare, hvorfor du valgte, som du gjorde.



Brug både kroppen og hjernen til at lytte med, når du er i en gruppe



Forventet adfærd, når du er en del af en gruppe

Når vi bruger hjernen til at lytte med og holder kroppen i ro, kan andre se, at vi er opmærksomme på det, de siger. Det vil få dem til at tænke positivt om os!



Gennemgå følgende situationer. Find ud af, om personen bruger kroppen og hjernen til at være en del af gruppen, og om han eller hun udviser forventet adfærd. Kom derefter med et smart gæt på, hvordan personen sandsynligvis føler i situationen, og hvilke tanker personen kan have. Sæt ring om, eller skriv dit svar.

1. Min veninde fortæller mig om den basketballkamp, hun snart skal spille med sit hold. Jeg kigger på hende, smiler og nikker, mens hun taler.

Jeg udviser | **Jeg udviser ikke** forventet adfærd i situationen.

Min veninde vil tænke, at jeg er | **ikke** er interesseret i hendes basketballkamp.

Min veninde vil sandsynligvis føle sig _____ og vil have **gode** | **dårlige** tanker om mig.

2. Min lærer skriver en historieopgave op på tavlen til os. Jeg sidder og leger med mit hår og banker med foden, mens jeg kigger rundt i lokalet.

Jeg udviser | **Jeg udviser ikke** forventet adfærd i situationen.

Min lærer vil tænke, at jeg er | **ikke** er interesseret i opgaven.

Min lærer vil sandsynligvis føle sig _____ og vil have **gode** | **dårlige** tanker om mig.

Forventet adfærd, når du er en del af en gruppe

3. Min familie og jeg er taget hen for at se min søsters danseopvisning. Jeg sidder på min plads og kigger op på scenen og holder mine hænder og fødder i ro. Jeg kigger på danserne og lytter til musikken.

Jeg udviser | **Jeg udviser ikke** forventet adfærd i situationen.

Min familie vil tænke, at jeg er | **ikke** er interesseret i opvisningen.

De vil sandsynligvis føle sig _____ og vil have **gode** | **dårlige** tanker om mig.

4. Jeg sidder ved siden af min veninde, mens vi spiser. Hun fortæller mig om en film, hun så i weekenden. Jeg kigger ned på min madpakke og begynder at løfte de øverste madder op for at se, hvad der er på dem nedenunder. Bagefter vender jeg mig rundt for at se, hvad der ellers sker i klassen.

Jeg udviser | **Jeg udviser ikke** forventet adfærd i situationen.

Min veninde vil tænke, at jeg er | **ikke** er interesseret i det, hun fortæller.

Hun vil sandsynligvis føle sig _____ og vil have **gode** | **dårlige** tanker om mig.

5. Jeg er derhjemme, hvor min mor hjælper mig med mine lektier. Jeg tænker over, hvad hun siger, og nikker, mens jeg lytter. Jeg kigger skiftevis på mine lektier og på min mor, når hun siger noget.

Jeg udviser | **Jeg udviser ikke** forventet adfærd i situationen.

Min mor vil tænke, at jeg **gerne vil have** | **ikke vil have** hendes hjælp.

Hun vil sandsynligvis føle sig _____ og vil have **gode** | **dårlige** tanker om mig.

Find ud af de uskrevne regler og forventet og uventet adfærd

Kapitel 7: Øvelsesark 8

Side 1 af 3

De uskrevne regler er den adfærd, der bliver forventet af dig i situationen. De er vigtige at være opmærksom på, når du er sammen med andre mennesker, også selvom du ikke taler med nogen eller ikke er i kontakt med de andre! Men nogle gange kan de uskrevne regler være svære at regne ud. Så kan du tænke med øjnene og forsøge at være en social detektiv, for det er en stor hjælp.



Mens du gennemgår følgende situationer, skal du tænke over, hvilke uskrevne regler der kan være. Følg anvisningerne til hver af øvelserne. Og tag dig bare god tid, for de kræver masser af social tænkning!

1. SITUATION

Du kommer ind i et lokale, hvor der er nogle, der er i gang med en leg. Du ved, at din veninde er der, og du vil gerne sige noget til hende. Du må bruge din krop, dine øjne og ører og din hjerne til at finde ud af de uskrevne regler, og hvad du skal gøre eller sige.

Sæt følgende tanker eller handlinger i den rigtige rækkefølge fra 1 til 5.

___ Når du går hen mod din veninde, skal du sørge for, at dit hoved og dine skuldre, arme og fødder vender mod hende. Stop, når du er cirka en armlængde fra hende.

___ Læg mærke til, hvad din veninde laver, og om hun står for sig selv eller er ved at snakke med en af de andre.

___ Bliv stående et øjeblik, og kig efter din veninde.

___ Vent på, at din veninde kigger på dig. Når hun gør det (det fortæller dig, at hun er interesseret i at høre, hvad du vil sige), kan du sige noget til hende.

___ Hvis du mener, det er et godt tidspunkt, kan du stille og roligt gå over til hende.

Find ud af de uskrevne regler og forventet og uventet adfærd

2. SITUATION

Du ser nogle børn, du kender, stå sammen til et arrangement på skolen. Du vil gerne være med i gruppen. Sæt disse uskrevne regler i den rigtige rækkefølge. Begynd med nummer 1. De handler om, hvordan man bruger kroppen, øjnene, ørerne og hjernen, når man er i en gruppe. Men vær opmærksom, for der er nogle eksempler på uventet adfærd imellem. Hvis du støder på nogle af dem, skal du bare strege dem over.

- ___ Når du kommer hen til gruppen, skal du have hovedet, tæerne, hofterne, skuldrene og ansigtet vendt ind mod centrum af gruppen.
- ___ Kig på gruppen, og se efter ledetråde, der kan fortælle dig, om dette er et godt tidspunkt at gå hen til de andre. For eksempel kan du kigge efter, om alle ser glade og afslappede ud, eller om de skændes og ser sure ud.
- ___ Vift vildt med armene, og råb til de andre: "Her er jeg! Jeg er her. Jeg er her!"
- ___ Læg mærke til, hvem der taler i gruppen. Se på vedkommende, og når en anden begynder at tale, følger dit blik over til den person, så du hele tiden er opmærksom på den, der taler, og det, som han eller hun siger. Det er okay at kigge lidt rundt på de andre, bare du mest kigger på den, der taler.
- ___ Når du er kommet med i gruppen, skal du stille dig med samme afstand til de andre, som du ser, at de andre har mellem hinanden.
- ___ Læg mærke til, om der er et 'hul' eller lidt luft mellem to personer, hvor du kan placere dig i gruppen. Eller se, om de andre rykker sig lidt sammen, så der også bliver plads til dig.
- ___ Lige så snart du er kommet med i gruppen, skal du afbryde den, der taler, og sige: "Hej, hvad har I gang i?"
- ___ Gå hen til gruppen, og læg mærke til, om nogle af de andre kigger på dig.
- ___ Når du nærmer dig gruppen, skal du finde den person, du bedst kan lide, og stille dig lige bag ved ham eller hende.

3. SITUATION

Du er på tur med klassen til en bondegård i nærheden. Landmanden viser jer rundt på sine marker, hvor der gror forskellige planter. Ved hver mark stopper klassen op, og så fortæller landmanden om planten, hvordan den skal passes, dens næringsværdi og andre interessante ting, og så går I videre til den næste mark. Læs følgende sætninger, og sæt et 'F' ud for dem, som du mener beskriver de uskrevne regler og forventet adfærd i situationen. Sæt et 'U' ud for dem, der nok vil opfattes som uventet adfærd i situationen.

- ___ Tænk med øjnene for at finde ud af, hvornår gruppen går videre.
- ___ Gæt på, hvor landmanden vil tage jer med hen næste gang, og løb så i forvejen derhen.
- ___ Bevæg dig i samme retning og i samme tempo som resten af gruppen.
- ___ Har du et spørgsmål, rækker du hånden op og venter med at stille det, indtil gårdejeren giver dig lov.
- ___ Sæt dig ned på jorden, og kig på en plante, som ser spændende ud.
- ___ Tag en af planterne, og begynd at spise den.
- ___ Lyt efter, og find ud af, om klassen er på vej til at stoppe op eller er ved at gå videre.
- ___ Prøv at undgå at støde ind i de andre, men hvis I står tæt, kan det ske, at du strejfer en af de andre.
- ___ Du behøver ikke blive sammen med gruppen. Så længe du kan se de andre, kan du gå derhen, hvor du har lyst.
- ___ Afbryd landmanden, og fortæl om det blomsterbed, din mor har i baghaven.
- ___ I stedet for at se på landmanden, mens han taler, stirrer du på en af de andre i klassen.