



VALUES EDUCATION

“Självförtroende -roulette”

Ref. 20846



Självförtroende-roulette 🤗

Ref. 20846



INNEHÅLL:

- **Nummer på hjulet:** från 1 till 24.
- **Numrerade kort:** Innehåller 24 runda kort, numrerade från 1 till 24.
- **Omskrivbara pratbubblor:** Innehåller 24 pratbubblor i olika färger.
- **Raderbara markeringspennor:** Innehåller 12 markeringspennor för att skriva i pratbubblorna. På varje markeringspenna finns det ett suddgummi.
- **RÖTT självkänsl-hjul:** Innehåller riktiga bilder som visar den verbala eller icke-verbala handlingen som ska utföras. På detta hjul kommer deltagarna att hålla ett fysiskt avstånd för att utföra de olika handlingarna.
- **BLÅTT självkänsl-hjul:** Innehåller riktiga bilder som visar den verbala eller icke-verbala handlingen som ska utföras. På detta hjul medför vissa handlingar fysisk kontakt mellan deltagarna.

Spelet är tillverkat av stark, mycket slitstark och tjock kartong av hög kvalitet.

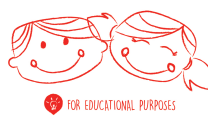
Kortens material är miljövänligt, det kommer från hållbara skogar.

RÖTT självkänsl-hjul: Beskrivning av handlingar

- a) Jag visar huvudpersonen hur jag kramar dem på avstånd
- b) Huvudpersonen och jag stöter armbågarna mot varandra
- c) Jag uttrycker en egenskap hos huvudpersonen, något som huvudpersonen är bra på (alla)
- d) Huvudpersonen och jag tittar på varandra utan att blinka (vi kan skratta)
- e) Jag säger något som jag gillar hos huvudpersonen (alla)
- f) Huvudpersonen anger sitt fullständiga namn ("Jag är ...") och resten applåderar (alla). Det är valfritt för den ledande personen att stå upp när hen talar.

BLÅTT självkänsl-hjul: Beskrivning av handlingar

- a) Jag kramar om huvudpersonen
- b) Huvudpersonen och jag gör en "high five"
- c) Jag uttrycker en egenskap hos huvudpersonen, något som huvudpersonen är bra på (alla)
- d) Jag kittlar huvudpersonen
- e) Jag säger något som jag gillar hos huvudpersonen (alla)



- f) Huvudpersonen anger sitt fullständiga namn ("Jag är ...") och resten applåderar (alla). Det är valfritt för den ledande personen att stå upp när hen talar.

På båda hjulen utförs alternativen C och E av alla deltagare, utom huvudpersonen. För att göra detta används pratbubblorna och markeringspennorna. Det får också göras muntligt om deltagarna ännu inte kan uttrycka sig skriftligen.

REKOMMENDERAD ÅLDER:

Från 3 till 8 år.

Utvecklingen av självkänslan börjar redan vid en mycket tidig ålder. Redan när barn är mycket små grundas deras syn på sig själva utifrån deras samspel med omvärlden. Om vi säger till ett barn att han eller hon är bra på något kommer de att tro oss, och således få mer självförtroende.

Detta självkänsla-hjul gör att barnens syn på sig själva kan ökas på ett dynamiskt, roligt, positivt och berikande sätt. De kommer att upptäcka sina färdigheter och starka sidor genom att spela!

PEDAGOGISKT SYFTE:

- Att lära sig att ge och ta emot positiv feedback.
- Att lära oss att vi alla har färdigheter och egenskaper som gör oss unika.
- Att uttrycka känslor verbalt och icke-verbalt.
- Att utveckla emotionell intelligens.
- Att förbättra empatin och de sociala färdigheterna.
- Att förstärka känslan av att tillhöra en grupp.

SPELMETOD:

Syfte: Att öka självkänslan samt att i en grupp skapa en atmosfär som hjälper till att öka deltagarnas självförtroende och syn på sig själva.

Deltagare: en grupp på upp till 24 personer.

1. Välj ett självkänsla-hjul: RÖTT eller BLÅTT.
2. De 24 nummerade korten delas ut bland deltagarna.
3. En pratbubbla och en raderbar markeringspenna ges till varje deltagare (om gruppen är större än 12 personer kommer pennorna att delas ut till par).
4. I tur och ordning börjar den minsta deltagaren snurra på nummerhjulet. Numret det hamnar på kommer att vara **huvudpersonen** som handlingen på självkänsla-hjulet riktas mot.



5. Den deltagare som har snurrat nummerhjulet ska sedan snurra självkänsl-hjulet, och kommer att utföra den handling som visas för huvudpersonen.

Om det hamnar på alternativ C eller E:

- Handlingen kommer att utföras av alla deltagare.
- De kommer att använda pratbubblorna för att skriva något som huvudpersonen är bra på (C), eller något de tycker om hos huvudpersonen (E).
- I tur och ordning kommer de att visa huvudpersonen sina pratbubblor en efter en.

Om deltagarna ännu inte kan uttrycka sig skriftligen får de uttrycka sig muntligen, och turas om att tala.

6. Förfarandet upprepas, men den här gången snurrar huvudpersonen hjulen.
7. Om samma huvudperson hamnar på samma handling på självkänsl-hjulet, ska hjulet snurras igen tills det hamnar på ett alternativ som inte har dykt upp tidigare för den huvudpersonen.
8. Spelet avslutas när alla deltagare i gruppen har varit huvudpersoner minst en gång. Eftersom det bästa är om alla går igenom alla de olika alternativen på självkänsl-hjulet kan spelet fortsätta tills detta syfte uppnås, eller så kan man spela det flera omgångar.

* **Viktigt:** Det rekommenderas att rengöra pratbubblorna efter användning för att hålla materialet i gott skick.

