

TEMA 2: Mål og plan

ØVELSE: Hvad nu?

Valgfri

Formål

At deltagerne gør sig tanker om aktivt at komme videre efter dette forløb.

Om øvelsen

"Den pædagogiske sol" bruges til at få deltagerne til at komme med bud på, hvad de kan gøre for at komme videre. Deltagerne motiverer og inspirerer hinanden for eksempel til at starte med fysisk aktivitet, madlavning eller andet.

I "Den pædagogiske sol" symboliserer "strålerne", at svarene ikke er i prioriteret rækkefølge. Der er ingen korrekte eller forkerte svar. "Den pædagogiske sol" stimulerer til egen læring, giver mulighed for individuel refleksion og sætter fokus på, hvad der er vigtigt for den enkelte deltager.

Forberedelse til øvelsen

Ingen.

Sådan igangsættes øvelsen

1. Underviseren introducerer øvelsen for deltagerne og forklarer, hvad formålet med "Den pædagogiske sol" er.
2. Underviseren tegner en cirkel med teksten "Hvordan kommer jeg videre herfra?" i midten. Cirklen kan tegnes på whiteboard eller flipover.
3. Underviseren spørger deltagerne, hvad de tænker kunne være næste skridt for dem i forhold til livet med kronisk sygdom og det, de har lært på forløbet.
4. For hvert svar deltagerne kommer med, tegnes der en streg ud fra cirklen. For enden af stregen skrives deltagerens svar. Stregerne symboliserer solens stråler.
5. Undervejs kan underviseren spørge ind til nogle af svarene for at komme godt rundt om emnet og få deltagerne til at sætte flere ord på deres følelser, bekymringer, viden med mere.
6. Øvelsen afsluttes, når alle deltagere har budt ind. Solen gemmes.

MATERIALER



• Whiteboard eller flipover.

TIPS TIL UNDERVISEREN

- Hvis deltagerne ikke selv kommer ind på emner, der er gennemgået i forløbet, kan disse nævnes eller spørges ind til som supplement til deltagerens svar.
- Hvis der er brug for at røre sig, kan øvelsen foregå stående.